

MON PLANNING DE MENUS

Semaine n°1

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
<i>Déjeuner</i>						
*Tartiflette aux poireaux	*Tarte aux carottes et mascarpone	*Tortilla aux champignons	*Polenta et petits légumes	*Cannellonis à la ricotta	*Gratin d'oeufs aux épinards	*Champignons au risotto
<i>Dîner</i>						
*Risotto aux asperges *Pavlova au pamplemousse et à la rose	*Fajitas au camembert	*Pizza poires et Bleu d'Auvergne *Pain d'épices	*Risotto aux légumes *Crème brûlée renversée	*Crumble de courges au sarrasin	*Lasagnes aux champignons	*Boulettes de lentilles corail *Gâteau moelleux au chocolat