

# MENU DE LA SEMAINE

mamaneconome.fr

Simple, rapide & économique

Déjeuner

Dîner

LUN

Salade mixte  
Brochette de poulet  
Riz pilaf

Radis  
Spaghettis bolo

MAR

Carottes râpées  
Cake jambon olives

Gratin de gnocchis à la  
tomate & mozza

MER

One pot coquillettes  
jambon & petits pois

Filet mignon aux  
champignons & Purée

JEU

Taboulé au poulet

Restes  
des jours précédents

VEN

Salade de riz à la niçoise

Quiche au lard  
Salade verte

SAM

Frittata au chorizo  
Salade verte

Kebab maison  
salade tomate oignons

DIM

Tenders  
Frites

Buffet de Restes

mamaneconome.fr