AU MENU DE L'AUTOMNE

MENU #1

Lundi

Falafels aux épinards

Soupe potimarron, céleri

Mardi

Galette de riz aux carottes

Salade de lentilles, gouda, avocat

Mercredi

Tortilla aux légumes d'automne

Jeudi

Mijoté d'épinards et lentilles aux épices

Vendredi

Pizza brocoli 4 fromages

AU MENU DE L'AUTOMNE

MENU #2

Lundi

Burger champignons

Frites de patates douces

Mardi

Houmous de lentilles corail

Velouté de potimarron au lait de coco, curry, noix de cajou

Mercredi

Nuggets de légumes

Frites de patates douces et salade

Jeudi

Lentilles corail à l'indienne

Vendredi

Gratin chou fleur et pommes de terre au cheddar

AU MENU DE L'AUTOMNE

MENU #3

Lundi

Velouté de lentilles corail au curry

Polenta croustillante au brocoli

Mardi

Gratin de ravioles aux champignons

Mercredi

Parementier de brocolis

Jeudi

Curry rouge de pois chiches

Vendredi

Lasagnes butternut et épinards

AU MENU DE L'AUTOMNE

MENU #4

Lundi

Quiche aux oignons et tofu fumé
Salade de betteraves et lentilles

Mardi

Lasagnes potimarron, patates douces et noix

Mercredi

Hachis parmentier de butternut et lentilles corail

Jeudi

Dhal de lentilles et potimarron

Vendredi

Soupe de riz aux légumes

AU MENU DE L'AUTOMNE

MENU #5

Lundi

Coquillettes, brocoli et sauce fromage

Mardi

Gratin de gnocchis à la courge

Mercredi

Velouté de poireaux et pommes de terre

Quiche aux champignons

Jeudi

Purée de carottes rôties

Boulettes de haricots blancs

Vendredi

Gratin de riz, courge et fromage