




Suggestions du Soir


MATERNELLE

MAIRIE DE  TOULOUSE
www.toulouse.fr


lundi 5 novembre

pamplemousse
dahl de lentille corail 
riz basmati
yaourt


lundi 12 novembre

asperge
poêlée de blé aux petits légumes
yaourt 
fruit


lundi 19 novembre

cake de légumes au curry 
fromage
fruit


lundi 26 novembre

salade verte
gratin de blette au comté 
gâteau au yaourt

mardi 6 novembre

potage de légume 
cake au chèvre, noix et raisin
fruit


mardi 13 novembre

pamplemousse
tarte épinard chèvre 
compote

mardi 20 novembre

jambon blanc
haricot vert
yaourt
fruit


mardi 27 novembre

endive en salade
risotto parmesan courgette 
yaourt
compote


mercredi 7 novembre

salade d'endive
pavé de saumon frais
fondue poireau carotte
yaourt


mercredi 14 novembre

choux rouge en salade
lasagnes aux légumes 
yaourt


mercredi 21 novembre

purée de pois cassés 
yaourt
fruit


mercredi 28 novembre

champignon à la grecque
cake courgette fromage de chèvre 
fruit

jeudi 8 novembre

pizza aux légumes 
yaourt
fruit


jeudi 15 novembre

velouté de légume
burger végétarien 
fromage
fruit


jeudi 22 novembre

boullghour à l'indienne 
yaourt
fruit

jeudi 29 novembre

carotte râpée
poêlée de quinoa 
yaourt


vendredi 9 novembre

boullghour aux fruits secs 
fromage
fruit


vendredi 16 novembre

salade verte
steak haché
poêlée de légumes
yaourt

vendredi 23 novembre

salade verte
mijoté de fève 
fromage
compote

vendredi 30 novembre

potée de haricot blanc et chou
yaourt 
fruit



retrouver les recettes des plats dans la rubrique « recettes »

