



Suggestions du Soir

ELEMENTAIRE

MAIRIE DE  TOULOUSE
www.toulouse.fr

lundi 6 mai

riz à la tomate et champignon
fromage
fruit

lundi 13 mai

poêlée de légumes
fromage
fruit


lundi 20 mai

soupe de lentilles
carottes persillées
fromage blanc
compote


lundi 27 mai

riz cantonnais
fromage
fruit

mardi 7 mai

salade verte
flamiche aux poireaux 
fromage blanc
pomme cuite


mardi 14 mai

quinoa au potiron 
yaourt
compote

mardi 21 mai


betteraves rouges vinaigrette
pâtes aux haricots verts et à la
sauce tomate
fruit

mardi 28 mai


asperge 
penne à la forestière
yaourt
fruit

mercredi 8 mai

mercredi 15 mai

potage de légumes
quiche au thon 
fruit


mercredi 22 mai

salade verte
cake au chèvre noix et raisins
compote 


mercredi 29 mai

chili végétal
yaourt
fruit

jeudi 9 mai

coleslaw
cake au chèvre noix et raisin
compote 


jeudi 16 mai

cake courgette tofu roquefort 
petits suisses
fruit

jeudi 23 mai

omelette
ratatouille
yaourt nature
compote


vendredi 10 mai

potage de légumes
clafoutis brocolis et carottes
fruit 

vendredi 17 mai

tomate vinaigrette
gratin de chou-fleur béchamel
compote

vendredi 24 mai

carottes râpées
gnocchi sauce au bleu d' Auvergne
fruit au sirop 

retrouver les recettes des plats dans la rubrique « recettes »

