




Suggestions du Soir


ELEMENTAIRE

MAIRIE DE  **TOULOUSE**
www.toulouse.fr


lundi 2 septembre

salade verte
gratin de gnocchi aux 3 fromages
pêche rôtie 

mardi 3 septembre

carotte râpée
tarte aux légumes 
yaourt
fruits cuits


mercredi 4 septembre

tomate vinaigrette
clafouti de courgette au fromage
de chèvre 
compote

jeudi 5 septembre

salade de blé aux petits légumes
(concombre, tomate,
poivron, céleri)
fromage
fruit


vendredi 6 septembre

concombre
pizza aux légumes 
yaourt


lundi 9 septembre

cake à la courgette avec concassée
de tomate fraîche
yaourt
fruit


mardi 10 septembre

tomate
salade de lentille corail 
fromage
compote


mercredi 11 septembre

salade verte
crumble d'aubergine
fromage 
fruit cuit


jeudi 12 septembre

salade de pâte à la napolitaine
yaourt 
fruit


vendredi 13 septembre

boullghour à l'indienne
yaourt 
fruit

lundi 16 septembre

poêlée de quinoa 
fromage
fruit

mardi 17 septembre

cake de légumes au curry 
petit suisse
fruit


mercredi 18 septembre

jambon
haricot vert
fromage
fruit

jeudi 19 septembre

Cœur de palmier vinaigrette
Flan de carotte et champignons
Yaourt vanille
Fruits


vendredi 20 septembre

salade verte 
burger végétarien
fromage blanc
pêche rôtie

lundi 23 septembre

taboulé
saucisse
aubergine grillée
yaourt
fruit

mardi 24 septembre

salade verte
tian de légumes 
yaourt
gâteau au chocolat

mercredi 25 septembre

concombre
Samossa chèvre et épinards sauce
yaourt
Smoothie melon framboise

jeudi 26 septembre

Poivron farci au quinoa
yaourt
Fruits

vendredi 27 septembre

betterave maïs olive
purée de pomme de terre
fromage
Fruits

retrouver les recettes des plats dans la rubrique « recettes »

