



Suggestions du Soir


ELEMENTAIRE

MAIRIE DE  TOULOUSE
www.toulouse.fr

lundi 3 mai

riz à la tomate et champignon
fromage
fruit

lundi 10 mai


cake courgette tofu roquefort
 yaourt
fruit

lundi 17 mai

riz cantonnais
fromage 
fruit

lundi 24 mai


mardi 4 mai

salade verte
flamich aux poireaux 
fromage blanc
pomme cuite


mardi 11 mai

omelette 
ratatouille
yaourt nature
compote


mardi 18 mai

asperge
penne à la forestière 
yaourt
fruit


mardi 25 mai

chili végétal 
yaourt
fruit


mercredi 5 mai

tarte aux légumes 
yaourt
fruit


mercredi 12 mai

concombre
quiche au thon 
fruit


mercredi 19 mai

betteraves rouges vinaigrette
cake au chèvre noix et raisins
fruit 

mercredi 26 mai


taboulé
champignon farci aux herbes fraîches
fromage 
fruit

jeudi 6 mai


coleslaw
cake de légumes au curry 

jeudi 13 mai


jeudi 20 mai

tomate
œuf cocotte épinard 
yaourt
pomme cuite

jeudi 27 mai


quinoa aux légumes 
yaourt
compote

vendredi 7 mai

salade de lentille corail 
fromage
fruit

vendredi 14 mai

vendredi 21 mai

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

vendredi 28 mai

saumon
courgette à la tomate
yaourt
fruit

retrouver les recettes des plats dans la rubrique « recettes »