

# Menus de la semaine

*Trame globale*

L

QUICHE OU TARTE

M

POÊLÉES DE LÉGUMES, CÉRÉALES  
+ TOFU



M

TORTILLAS

SOUPE

J

PÂTES

V

APEROOOO / SANDWICH

S

RIZ OU RESTES

PLATEAU TV /  
STREET FOOD

D

BRUNCH

REPAS SUCRÉ