



**Menu sans gluten du samedi 10 au vendredi 16 octobre 2015**  
**@[MaCuisineSansGluten](#)**

**Samedi midi :**

Restes

**Samedi soir :**

Pizza sans gluten  
 Salade verte

**Dimanche midi :**

Rôti de boeuf cuisson basse température  
 Frites (pour les hommes)  
 Epinards frais pour moi

**Dimanche soir :**  
 Repas libre:-)

**Lundi soir :**

Velouté de butternut  
 Steak haché

**Mardi soir :**

Quiche sans pâte aux courgettes et chèvre  
 Mâche

**Mercredi soir :**

Lentilles et saucisses à l'ultra pro

**Jeudi soir :**

Restes

**Vendredi soir :**

Soirée « pasta »