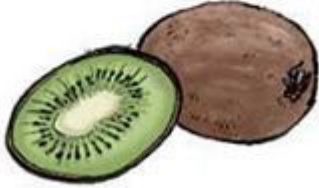



Semaine du 25 janvier au dimanche 31 janvier 2016

# JANVIER

**FRUITS** pomme  
poire  
kiwi  
citron  
clémentine  
noix



**LEGUMES** épinard  
potimarron  
courge  
blette  
carotte  
céleri  
choux  
échalote  
oignon  
ail  
navet  
poireau  
panais  
betterave  
radis noir  
endive



maret

**Lundi 25 janvier 2016:**

Velouté Butternut (un peu comme [cette recette](#))  
Omelette

**Mardi 26 janvier 2016 :**

Poêlée forestière aux gnocchi (recette à venir)

**Mercredi 27 janvier 2016 :**

Reste de soupe de lundi  
Jambon

**Jeudi 28 janvier 2016 :**

Soirée libre !

**Vendredi 29 janvier 2016 :**

[Butternut farcie au chèvre](#) comme Nadia  
Salade de mâche

**Samedi 30 janvier 2016 midi :**

Restes

**Samedi 30 janvier 2016 soir :**

Absents  
Des idées de repas de fête [ici](#).

**Dimanche 31 janvier 2016 midi :**

Le [poulet rôti](#) du dimanche  
Riz blanc  
Courge rôtie au four

**Dimanche 31 janvier soir :**

Salade de mâche et avocat  
[Tarte aux pommes](#)