

Menu de la semaine #sansgluten

	Déjeuner	Dîner	Idée goûter	Idée dessert
<i>Lundi</i>	Concombre Chili con carne Riz	Risotto Tomates Boulettes de veau à la tomate		
<i>Mardi</i>	Mâche Risotto et boulette de veau	Gratin de brocolis Jambon		
<i>Mercredi</i>	Concombre Gratin de brocolis Pavé de saumon	Vélouté de Butternut Omelette	Cookies	
<i>Jeudi</i>	Velouté de Butternu Steack Haché Poêlée de Quinoa	Tomates Farcies		
<i>Vendredi</i>	Concombre Tomates farcies	Restes		
<i>Samedi</i>	Restes ou Improvisation	Gratin de Polenta Jambon	Cake Chocolat	Sorbet Mangue
<i>Dimanche</i>	Poulet rôti du dimanche! Pommes de terre sautée Salade verte	Repas libre du dimanche soir 🍷	Riz au lait de coco	Tiramisu au speculos