



## Suggestions de menus pour la semaine n° 20

	midi	soir
<b>Lundi</b>	Frites steaks hachés Tôt-Fait aux pommes <i>(tome 2 - p. 78) - €</i>	Gratinée à l'oignon <i>(tome 2 - p. 27) - €</i> salade
<b>Mardi</b>	Côtelettes de porc au citron <i>(tome 2 - p. 51) - €</i> riz	Carottes à l'étouffée - lardons <i>(tome 1 - p. 25) - €</i> Fromage
<b>Mercredi</b>	Escalopes à la mozzarella <i>(tome 1 - p. 9) - €€</i> Tagliatelles	Quiche lorraine
<b>Jeudi</b>	Boeuf aux carottes <i>(voir recettes du blog)</i> Haricots verts	Gratin de courgettes <i>(tome 1 - p. 18) - €</i>
<b>Vendredi</b>	Gratin du vendredi <i>(tome 2 - p. 59) - €</i>	Crozets <i>(tome 1 - p. 12) - €</i>
<b>Samedi</b>	Lasagnes économiques <i>(tome 2 - p. 35) - €</i>	Toasts <i>(tome 2 - p.33) €</i> Salade
<b>Dimanche</b>	Concombre au thon <i>(tome 2 - p. 13) - €</i> Porc à la jamaïcaine- riz <i>(tome 2 - p. 54) - €€</i> Charlotte aux poires <i>(tome 2 - p. 79) - €</i>	Restes de la semaine <i>OU</i> Goûter-dîner

Joyeuse Cuisine et Bon Appétit !