

Menu

Forme & Equilibre

Lundi

Taboulé
Brochette de poulet mariné thym-citron
et poêlée de légumes
Fromage blanc aux fraises



Mercredi

Terrine de poisson
Mignon de porc à la moutarde et flan
de pommes de terre
Mousse à la framboise

Take care
of your body



Vendredi

Clafoutis aux légumes
Waterzoï de lieu
Crème citron



Samedi

Poireaux en vinaigrette
Chili con carne et riz
Salade de fruits frais



Menu

Forme & Equilibre

Lundi

Tomate à la mozzarella et basilic
Poulet basquaise et blé
Fromage blanc aux poires



Mercredi

Terrine de légumes
Sauté de porc aigre douce et riz
Mousse au café



Vendredi

Salade printanière aux radis, concombre et fêta
Brandade de poisson
Flan coco



Samedi

Rillettes de thon au fromage frais
Bourguignon de boeuf et légumes vapeur
Salade de fruits frais



Menu

Forme & Equilibre

Lundi

Lentilles aux lardons, pomme et chèvre frais
Poulet curry-coco et gratin de courgettes
Fromage blanc à la rhubarbe



Mercredi

Concombre en vinaigrette
Légumes farcis et riz
Mousse au chocolat

Take care
of your body



Mardi

Coleslaw
Pennes au saumon et légumes
Salade de fruits frais

Vendredi

Guacamole
Pané de lieu sauce tartare et duo de choux
Crème à la pistache



Samedi

Salade de roquette, poire, roquefort et noix
Parmentier de boeuf
Salade de fruits frais

LESS
STRESS!

