

Février 2020						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					1 Filet de canard à l'orange Nouillettes Salade	2 Coquille de porc Rösti Choux-fleurs
3 Emincé de poulet provençal Cornettes Tomates	4 Ragoût de bœuf vigneron Pommes mousseline Petits pois carottes	5 Escalope de porc panée Spaghetti tomate Salade	6 Ragoût de dinde aux légumes Pommes sautées Haricots	7 Filet de lieu-noir à la neuchâteloise – Riz Brocolis	8 Macaroni montagnard Salade	9 Emincé d'agneau oriental Couscous Légumes
10 Côtelette de porc à la moutarde Pommes rissolées Carottes	11 Cordon-bleu de poulet Pennes tomate Salade	12 Saucisse à rôtir de porc Pommes rôties Courgettes	13 Emincé de poulet au curry rouge Riz sauvage Légumes	14 Filet de merlan à la crème ciboulette - Pommes nature - Epinards	15 Tendron de veau et son jus Spirales Jardinière de légumes	16 Brasato de bœuf Pommes mousseline Choux-rouges
17 Rôti de porc au romarin Nouilles - Macédoine de légumes	18 Saucisse de veau grillée Rösti Salade	19 Emincé de bœuf mexicain Farfalles Choux-fleurs	20 Rôti de dinde farci Pommes sautées Haricots	21 Filet de cabillaud à la citronnelle Riz - Salade	22 Escalope de porc aux champ. Cornettes Petits pois carottes	23 Lasagne Salade
24 Escalope de dinde panée Pommes rissolées Tomate	25 Brochette mixte-grill Nouilles Légumes de saison	26 Paupiette de bœuf Polenta Carottes	27 Potée d'haché de porc aux légumes hivernaux Pommes nature	28 Filet de carrelet meunière Riz sauvage Salade	29 Coquelet rôti Pommes rôties Bouquetière de légumes	
		<b>Mode d'emploi :</b> Au micro-ondes : 4 min à 700 watt ou 3 min à 1000 watt Au four préchauffé : 20 min à 120 degrés			<b>Ne pas enlever le film plastique avant la fin de la cuisson.</b>	
					<b>Garantie fraîcheur :</b> 2 jours au frigo ou 3 mois au congélateur	