

UNE SEMAINE DE VACANCES

-- SANS TROP DE CUISINE --

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MIDI	Poulet froid Chips Salade verte Fruits de saison	Tomates /mozzarella Saucisses Courgettes pastèque	Haricots verts Côtes de porc glaces	Ratatouille/Riz Poissons panés Gâteau maison	Pique-nique : Melon <u>Pain bagnats</u> (œuf/thon /mayo/salade /tomate) Fruits de saison
SOIR	Pâtes à la bolognaise Fruits de saison	Quiches Salade verte Fromage /yaourt fruits	<u>Salade de riz</u> /maïs/ tomate/ concombre/ thon/œufs /surimi/olives Fromage /yaourt Fruits de saison	Pommes de terre sautées lardons Salade verte glaces	

-- PETIT DEJ --

Biscottes
Brioche tranchée
Cake tout fait
Confiture
Beurre
Sucre en poudre
Nutella

Lait demi-écrémé
Jus de fruit
Thé
Café
Nesquik
Tisane

-- GOUTER --

1 litre de grenadine
1 litre de menthe
1 litre de cassis

Paquets de BN
Compotes à boire

-- APERO --

Chips
Saucisson
Conté
Olives
Grignotage

Coca
Limonade
Bière
Rosé

-- VIE QUOTIDIENNE --

Huile d'olive
Vinaigre balsamique
sel/poivre
Herbes de Provence

Éponges
Liquide vaisselle
Produits nettoie tout
Savon liquide
Sacs poubelle
Sopalin
Papier WC
Papier aluminium

*Pour tous : mettre dans ses bagages un torchon,
un essuie main et un tapis « sortie de douche ».*