



## Menu de Peggy Nicolas

# **Dimanche 14 Avril 2019**

### **Petit-déjeuner**

Une petite assiette de fraises

### **Déjeuner**

Burger Party sans pain avec tomate, oignon, cornichon,  
salade, tomate confite et moutarde

### **Collation**

Une petite assiette de fraises

### **Dîner**

Une omelette avec des épinards  
Assaisonnement : Citron et basilic

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté*  
*Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Lundi 15 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Une demi-orange

#### **Déjeuner**

Des pousses d'épinards avec une escalope de veau  
Assaisonnement : Citron et basilic

#### **Collation**

Une demi-orange

#### **Dîner**

Recette de Canard à l'orange sur lit de fondue d'endive

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté  
Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Mardi 16 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Une clémentine

#### **Déjeuner**

Un poireau et un œuf dur  
Assaisonnement : Citron et ciboulette

#### **Collation**

Une clémentine

#### **Dîner**

Quelques tomates cerise  
Des champignons cuits avec des tomates  
Blanc de poulet mariné et grillé au citron et sauge  
Assaisonnement. : Citron, ail et sauge

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté*  
*Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Mercredi 17 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Une demi-mangue

#### **Déjeuner**

Des cœurs de palmier avec un avocat  
Assaisonnement : Citron et coriandre

#### **Collation**

Une demi-mangue

#### **Dîner**

Des haricots verts avec Recette de Boulette Kefta

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté  
Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Jeudi 18 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Une petite poire

#### **Déjeuner**

Une petite salade de roquette avec du thon  
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et ciboulette

#### **Collation**

Une petite poire

#### **Dîner**

Du brocoli avec Recette de Poulet au gingembre

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté*

*Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Vendredi 19 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Un kiwi

#### **Déjeuner**

Une petite salade de concombre et un tartare de saumon  
Assaisonnement : Citron, coriandre, câpres et persil

#### **Collation**

Un kiwi

#### **Dîner**

Du turbot rôti avec fenouil émincé et des tomates cerise  
Assaisonnement. : Citron, huile d'olive, échalotes et ail  
en chemise, thym et persil

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté*

*Un verre de vin rouge le soir à discrétion*



## Menu de Peggy Nicolas

### **Samedi 20 Avril 2019**

#### **Petit-déjeuner**

Un demi pamplemousse

#### **Déjeuner**

Une portion de moules

Assaisonnement : Échalotes, pointe de crème, ail et persil

#### **Collation**

Un demi pamplemousse

#### **Dîner**

Recette de Risotto aux asperges (ou risotto Picard)

*Eau, thé vert, thé noir, café à volonté*

*Un verre de vin rouge le soir à discrétion*