



Menu d'Anne de Beaumont

Dimanche 26 Septembre 2021

Petit-déjeuner

Une tranche d'ananas

Déjeuner

Une endive en salade avec des miettes de crabe
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et coriandre

Collation

Une tranche d'ananas, cannelle, piment d'Espelette

Dîner

Une tranche d'ananas
Des tranches d'aubergines grillées et du filet mignon
Assaisonnement : Citron, ail et basilic

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



Menu d'Anne de Beaumont

Lundi 27 Septembre 2021

Petit-déjeuner

Un kiwi

Déjeuner

Une petite salade de roquette et viande des grisons
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et ciboulette

Collation

(Un kiwi)

Dîner

Quelques tomates cerise
Des haricots verts avec Recette de Poulet au citron

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



Menu d'Anne de Beaumont

Mardi 28 Septembre 2021

Petit-déjeuner

Des groseilles

Déjeuner

Un fenouil haché avec des crevettes

Assaisonnement : Citron vert, baies roses et ciboulette

Collation

(Des groseilles)

Dîner

De la fondue de poivrons avec une omelette

Assaisonnement : Citron, ail et ciboulette

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion



Menu d'Anne de Beaumont

Mercredi 29 Septembre 2021

Petit-déjeuner

Des framboises

Déjeuner

Une salade de concombre avec des sardines
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et persil

Collation

(Des framboises)

Dîner

Recette de Cabillaud à la compote de haricots verts

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



Menu d'Anne de Beaumont

Jeudi 30 Septembre 2021

Petit-déjeuner

Une petite poire

Déjeuner

Un poireau et un chèvre frais

Assaisonnement : Citron, huile d'olive et basilic

Collation

Un citron chaud

Dîner

De la fondue d'endive avec des aiguillettes de canard

Assaisonnement : Citron, balsamique et basilic

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion



Menu d'Anne de Beaumont

Vendredi 1^{er} Octobre 2021

Petit-déjeuner

Un Malo à 0% avec gouttes de citron et ciboulette

Déjeuner

Un fenouil en salade avec des dés de saumon
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et basilic

Collation

(Un kiwi)

Dîner

Des épinards avec Recette de Lotte rôtie au lard

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



Menu d'Anne de Beaumont

Samedi 2 Octobre 2021

Petit-déjeuner

Un kiwi

Déjeuner

Une salade de concombre et une escalope de dinde
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et basilic

Collation

(Un kiwi)

Dîner

De la fondue de courgette avec du riz complet
Assaisonnement : Huile d'olive, ricotta, parmesan, persil

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