



Menu d'Anne de Beaumont

Samedi 27 Novembre 2021

Petit-déjeuner

Une clémentine

Déjeuner

Un fenouil et une clémentine en salade
Assaisonnement : Citron, huile d'olive et coriandre

Collation

Une tisane et une clémentine

Dîner

Fenouil cuit et dos de cabillaud rôti
Assaisonnement : Citron, jus d'une clémentine,
romarin, ail et persil

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



Menu d'Anne de Beaumont

Dimanche 28 Novembre 2021

Petit-déjeuner

Des framboises surgelées

Déjeuner

Un poireau chaud avec sauce Malo 0% et œuf dur
Assaisonnement : Citron, persil, moutarde, câpres,
oignon et ciboulette

Collation

Une tisane et des framboises

Dîner

Des asperges avec une omelette
Assaisonnement : Citron, ciboulette et persil

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion



Menu d'Anne de Beaumont

Lundi 29 Novembre 2021

Petit-déjeuner

Une clémentine

Déjeuner

Des haricots verts avec un steak haché
Assaisonnement : Citron, poivre et persil

Collation

Une tisane et une clémentine

Dîner

De la soupe de brocoli avec un peu de Stilton ou bleu
Assaisonnement : Ail et persil

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



Menu d'Anne de Beaumont

Mardi 30 Novembre 2021

Petit-déjeuner

Une petite poire

Déjeuner

Un poireau et un filet de saumon
Assaisonnement : Citron et persil

Collation

Une tisane et une petite poire

Dîner

De la fondue de poivrons avec des blancs de poulet
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

Mercredi 1^{er} Décembre 2021

Petit-déjeuner

Une petite pomme

Déjeuner

Du brocoli avec une boîte de sardines

Assaisonnement : Citron, ciboulette et persil

Collation

Une petite pomme

Dîner

Des tomates cuites avec de la daurade

Assaisonnement : Citron, échalote, ail et persil

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion



Menu d'Anne de Beaumont

Jeudi 2 Décembre 2021

Petit-déjeuner

Une petite pomme

Déjeuner

Des champignons et une escalope de dinde

Assaisonnement : Citron, thym et persil

Collation

Une tisane et une petite pomme

Dîner

Des épinards avec du filet mignon bardé de lard

Assaisonnement : Citron, ail, tomates cerises,
échalote et persil

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion



Menu d'Anne de Beaumont

Vendredi 3 Décembre 2021

Petit-déjeuner

Une clémentine

Déjeuner

Une tomate cuite et une tranche de foie de veau
Assaisonnement : Citron, échalotes, balsamique et persil

Collation

Une tisane et un kiwi

Dîner

De la fondue de courgette avec des pâtes complètes
Assaisonnement : Huile d'olive, persil, ail et basilic

Eau, thé vert, thé noir, café à volonté

Un verre de vin rouge le soir à discrétion