

## ANTONIN

	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
dîner	Tofu brouillé	Plat Commensal	Sandwich aux œufs	Sauté de légumes et riz blanc	Sauté de légumes et riz blanc	Sandwich aux œufs	Le Trèfle
souper	Reste de pizza	Saucisse gusta et légumes au Creuset	Chili et pain de maïs	Ragoût de lentilles, patates pilées et haricots verts	Souper entre amis	Ragoût de lentilles, patates pilées et haricots verts	Tourtière et salade verte

## ALEXE

	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
dîner	Brunch à Québec	Lentilles bbq et légumes au Creuset	Chili et pain de maïs	Tofu arachides, patate douce et brocoli vapeur	Tofu arachides, patate douce et brocoli vapeur	Tofu arachides, patate douce et brocoli vapeur	Le Trèfle
souper	Saucisse gusta et légumes au Creuset	Souper chez Véro et Éric	Tofu arachides, patate douce et laitue	Ragoût de lentilles, patates pilées et haricots verts	Souper entre amis	Ragoût de lentilles, patates pilées et haricots verts	Tourtière et salade verte