

Liste des repas du quotidien par benzuron. Résoudre le problème du "Que manger ?"

ACCRA S DE MORUE	AIGUILLETES CANARD
AUBERGINES ROULEES A LA MOZARELLE	AVOCATS CREVETTES
BEIGNETS COURGETTES	BEIGNETS TEMPURA AU CALAMAR

BLANCS DE POULET

BLANQUETTE

BLANQUETTE DE DINDE

BOUCHEES VAPEUR POULET
CRABE

BOUDIN NOIR

BOLOGNAISE

BRICK CARRE FRAIS FETA

BRICK POULET TANDOORI

CHAUSSON AU JAMBON

CHAUSSON DE POULET
ESTRAGON

CHEVRE CHAUD

CHILI CON CARNE

CONFIT DE CANARD

COTE D'AGNEAU

COURGETTES FARCIES

COURGETTE RICOTTA

COURGETTES RONDES
FARCIES AU THON

COUSCOUS

Crepes SALEES

Feuillete de crevettes au curry

CROQUES AUBERGINE

CROQUES MONSIEURS

CROQUES MONSIEURS
FONDANTS AU THON

CROQUETTES DE VIANDE

CROZET AUX NOIX SAINT
JACQUES

CRUMBLE SAUMON
CHAMPIGNONS

CUISSES DE POULET AUX
COURGETTES FROMAGE AIL

CUISSES GRENOUILLES

CURRY D AGNEAU

EMINCE DE POULET CREME
CITRON

EPAULE D'AGNEAU

ESCALOPE DINDE

ESCALOPE DE PORC CORDON
BLEU

ESCALOPES VEAU

ESCALOPE DE VEAU EN
PORTEFEUILLE A LA
MOZZARELLA

ESCARGOTS

FEUILLETE AU BOEUF ET AU
POIVRON

FILET DE CANARDS

FILET EGLEFIN

FILET GRENADIER

FILET MERLAN

FILET MIGNON PORC FIGUES
SECHES

FOIE DE LAPIN

FOIE DE VEAU

FOIE GRAS / TERRINE

FONDUE BOURGUIGNONE

FONDUE SAVOYARDE

GALETTE BERRICHONNE
POMMES DE TERRE

GIGOT D'AGNEAU

GRATIN CHOU FLEUR
REBLOCHON JAMBON

GRATIN DE GNOCCHIS A
L'ITALIENNE

GRATIN DE HARICOTS
POMMES DE TERRE LARD /
JAMBON

GRATIN DE PATES AU THON

GRATIN DE POTIRON
PROVENCAL OU AU CURRY

GRATIN THON ET OEUFs

GRILLADE DE POULET AUX
LEGUMES DU SOLEIL

HACHIS DE BOEUF AU RIZ ET
COURGETTES

HACHIS PARMENTIER

HAMBURGERS

JAMBON

KNACKIS

LASAGNES

LASAGNES EPINARDS LOTTE

LASAGNES JAMBON CRU
CHEVRE

LES DELICES DE MANOU

MAGRET DE CANARD

MELON JAMBON

MERLU POMME DE TERRE

MORTEAU/ALIGOT

MOUSSAKA

NUGGETS POULET

OEUFS A LA COQUE

OEUFS AU PLAT

OEUFS COCOTTE

OEUFS DUR / EPINARDS

OMELETTES

OMELETTE AU GIGOT ET AU
CHEVRE

OSSO BUCCO

PAELLA AU POULET

PAELLA MICRO ONDE

PASTILLAS

PATES CARBONARAS

PATES ROQUEFORT

PATES SAUMON AVOCAT
GUACAMOLE

PAUPIETTES

PAVE SAUMON

PENNE AUX RUBANS DE
COURGETTES

PETITS PAINS FARCIS

PIZZA

POISSON PANE

PORC AU CARMEL

POULET CURRY ET OIGNON

POULET ROTI

QUENELLES

QUICHE AUX AUBERGINES

QUICHE POIREAUX OIGNONS

QUICHE SAUMON FUME
OIGNON

QUICHE TATIN

RACLETTE

RAVIOLIS CHINOIS

RAVIOLIS FROMAGE FRAIS

RAVIOLIS POLONAIS

RISOTTO CHAMPIGNONS ET
PORC

ROSTI DU PAYS D'URI

ROTI BOEUF

ROTI DE DINDE

ROTI DE VEAU

ROULEAUX DE PRINTEMPS
SIMPLIFIES

SALADE COMPOSEE

SAUTE D'AGNEAU

SAUTE DE DINDE

SAUTE DE VEAU

SPAGHETTIS BOULETTE
RICOTTA

STEAK AUTRUCHE

STEAK BOEUF

STEAK DE CHEVAL

STEAK HACHE

SUPREME DE VOLAILLE
FACILE

TAGLIATELLES CREME DE
POIREAUX

TAJINE AGNEAU AUX
AUBERGINES

TANTIFOULOUSE

TARTIFLETTES

TERRINE EN CROUTE AUX 3
POISSONS

TERRINE DE POLENTA
CREVETTES ET POULET

TOMATES FARCIES

TORTELLINIS

TOURNEDOS BOEUFs

TOURTE AU BEAUFORT

TROFIE PARADISO

VAUTES A LA PATATE DU
PAYS DE GAUME

VOL AU VENT