

*Listes de courses:
quantité pour 4 personnes
(2 repas de 2 personnes)
Du lundi au vendredi*

- 1 oignon
 - 50 gr de pancetta
 - 1 carotte
 - 100 gr de champignons frais
 - 400 gr de viande hachée
 - 400 gr d'épinard
 - sauce tomate (600 gr env.)
 - feuilles de lasagne fraîches
 - 1 mozza
 - 20 cl de crème fraîche
- Total: 13 euros (3,25/pers)

- pâte feuilletée
- 1 tomate ananas
- 2 tomates zébrée
- parmesan rapé
- 1 laitue
- jambon cru

Total: 7 euros env.

- 400 gr de viande rouge
- 400 gr de nouilles chinoises
- 270 gr de tomates pelées
- bouillon de volaille
- coriandre (déco)
- gingembre

Total: 12 euros env.

- 3 blancs de poulet hachés
- olives noires
- 1 oeuf
- quinoa
- 1 courgette

Total: 7,50 euros

- Gnocchi pour 4 personnes
- Talegio (100 gr)
- Pecorino (100 gr)