

# Menus des Ateliers Pratiques Culinaires en commun

## **Bourges Soirée**

Mercredi 16 janvier  
17h-21h

**«Diner léger »**

Velouté de champignons  
Endives au jambon  
Crumble aux pommes

Mardi 29 Janvier  
17h30-20h30

**« Diner léger »**

Velouté de tomates  
Gratin de dinde poireaux et  
pommes de terre  
Compotée aux fruits d'hiver

Mardi 26 Février  
17h-21h

**«Chandeleur»**

Galette complète  
Salade verte  
Crème aux agrumes

Mercredi 13 Mars  
17h-21h

**« Diner léger »**

Coleslaw  
Pomme de terre farcies au  
fromage frais  
Salade verte  
Compote de fruits

Mardi 19 Mars  
17h30-20h30

**Diner léger**  
**« Saveurs mexicaines »**

Fajitas au bœuf  
Salade verte  
Brochettes de fruits  
au chocolat

Mardi 30 Avril  
17h30 -20h30

**« Diner léger »**

Concombre façon tzatziki  
Parmentier de poisson  
et salade verte  
Crème au caramel

# Menus des Ateliers Pratiques Culinaires en commun

## Secteurs proches Bourges

### SAINT FLORENT

Mardi 12 Février  
10h-14h

#### « Menu équilibré »

Coleslaw  
Filet de julienne sauce nor-  
mande  
Pommes de terre vapeur  
Coupe de fromage blanc aux  
fruits

### AUBIGNY SUR NERE

Lundi 21 Janvier  
10h-14h

#### « Menu de saison »

Salade de betteraves  
Petit salé aux lentilles  
Pancake à la compote de  
pommes

### AUBIGNY SUR NERE

Lundi 4 Mars  
10h-14h

#### « Menu de saison »

Salade d'endives  
à l'orange  
Marmite du pêcheur  
Flan pâtissier