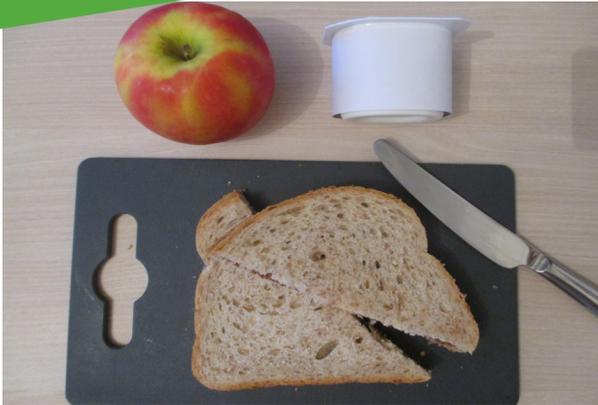


## Petit déjeuner



2 tranches de pain gris  
Pâte à tartinée chocolatée  
1 fromage blanc  
1 pomme

Boisson : thé, café ou/et eau

## Diner



California rolls maison  
Salade de céleri-rave et carottes  
> Voir recette

Boisson : eau

## Souper



1 steak de boeuf  
100-150g de pommes de terre  
Chicons  
Fenouil  
> Voir recette

Boisson : eau

