




ASSOCIATION MARGUERITE & CIE

RECONNAISSANCE ET PROTECTION DU LAPIN DE COMPAGNIE

Menus simples pour 5 jours + Liste de courses AUTOMNE

 ASSOCIATION MARGUERITE & CIE		80% de végétaux variés	20% de salades
Jour 1	Matin 50g	- Aneth 10g - Persil 10g - Epinards 5g - Fanes de radis 15g	Romaine 10g
	Soir 50g	- Coriandre 10g - Romarin 5g - Feuilles et branches de celeri branche 20g - Brocoli 5g	Mâche 10g
Jour 2	Matin 50g	- Menthe 10g - Persil 10g - Cresson 10g - Fanes de navet 10g	Feuille de chêne 10g
	Soir 50g	- Basilic 10g - Coriandre 10g - Epinards 5g - Feuilles et branches de celeri branche 15g	Mâche 10g
Jour 3	Matin 50g	- Romarin 5g - Persil 15g - Fanes de navet 10g - Cresson 10g	Romaine 10g
	Soir 50g	- Coriandre 10g - Aneth 10g - Fanes de radis 10g - Fanes de carotte 10g	Feuille de chêne 10g
Jour 4	Matin 50g	- Menthe 10g - Romarin 5g - Feuilles et branches de Celeri branche 20g - Epinards 5g	Mâche 10g
	Soir 50g	- Persil 10g - Aneth 10g - Fanes de carotte 15g - Fanes de radis	Romaine 10g
Jour 5	Matin 50g	- Feuilles et branches de Céleri branche 15g - Brocoli 5g - Menthe 10g - Persil 10g	Feuille de chêne 10g
	Soir 50g	- Fanes de carotte 15g - Epinard 5g - Romarin 5g - Feuilles et branches de Céleri branche 10g	Romaine 10g

- Mâche
- Feuille de chêne
- Romaine
- Epinards
- Celeri branche
- Cresson
- Fanes de navet
- Fanes de radis
- Aneth
- Coriandre
- Persil
- Romarin
- Menthe
- Basilic
- Brocoli (Attention en petite quantité et rarement car pas toujours bien digéré)