

# Penser à l'eau



**Tomates croque au sel  
Cake de Marianne ou cake aux  
herbes  
Gruyère  
Fruit**

**Pastèque  
Salade de riz thon/maïs  
Kiri  
Biscuit aux yaourt**

**Sandwich au thon (utiliser  
mayonnaise en tube)  
Ou pain bagnat  
Pastèque  
Yaourt à boire**

**Sandwich  
Tomates mozarella  
Sauce Basilic  
Yaourt  
Compote de pêche (en barquette  
ou en tube)**

**Sandwich jambon cru ou  
saucisson / melon  
Tomates cerises  
Mimolette  
Banane**

**Pizza au fromage  
Œuf dur  
Cantal  
Pomme**

**Omelette aux pommes de terre  
Pain  
Ratouille  
Edam  
Abricot**

**Salade de lentilles  
Ou pois chiche  
+ des jambons  
Saint Paulin  
Pêche**