

2018

MAI

ANNÉE/MOIS DU CALENDRIER



RAMADHAN Plan

DIMANCHE

www.khyama.com

Type	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
Chorba Salade Bourek Plat	13 Vous trouverez toutes les recettes de ce menu sur mon blog www.khyama.com , je vous invite à le visiter afin de trouver toute une variantes de recettes. Avec ce menu vous serez en mesure de vous organiser facilement, et de faire vos courses chaque semaine en sachant exactement ce qu'il vous faut, bien sure vous pouvez l'adapter à votre gout. Si vous aimez les soupes au mois de ramadhan, je vous invite à consulter mon blog, vous y trouverez des recettes très originales. Saha remdhankom	14	15	16 Chorba Bidha Salade de betterave Bourek v.h aubergines Mtwem	17 Chorba Bidha Salade de betterave Bourek v.h aubergines Mtwem	18 Chorba Hamra Chlita Bourek v.h Dolma Epinards	19 Chorba Hamra Chlita Bourek v.h Mchimcha m3amra
Chorba Salade Bourek Plat	20 Chorba Bidha Concombre yogurt Bourek légumes Zitoun m3ammar	21 Chorba Bidha Roulé concombre Bourek légumes Beignets de choufleur	22 Hrira Hmiss 3jjjets Chtitha jej	23 Hrira Hmiss 3jjjets Riz sih	24 Chorba Hamra Zrodya mchermla Bricks Chtitha badenjel	25 Chorba Hamra Celeri Mini pizza Tajine zitoun	26 Chorba Bidha Tomate-mais-mimosa Mini pizza Aubergines farcies
Chorba Salade Bourek Plat	27 Chorba Bidha Tomate-mais,mimosa Espenadas Dolma dhalia	28 Hrira Chlita Espenadas Sfiria	29 Hrira Chlita Crostini Poivrons farcis	30 Chorba Hamra Poivrons tomates oeufs Crostini Gratin patates crème	31 Chorba Hamra Poivrons tomates oeufs Petits pains au thon Yahni au poulet	01 Chorba Bidha Carottes, oranges Petits pains au thon Chekchouka	02 Chorba Bidha Carottes, oranges Bourek thon Gratin légumes d'été
Chorba Salade Bourek Plat	29 Hrira Salade de thon Bourek thon Dolma	30 Hrira Salade de thon Bricks Tajine zitoun	01 Chorba Hamra 3jjjates courgettes Bricks Kbab	02 Chorba Hamra 3jjjates courgettes Bourek v.h Epinards rouge+ frites	03 Chorba Bidha Salade verte Bourek v.h Dolma manchitou	04 Chorba Bidha Salade verte Bourek thon Escalopes à la crème	05 Hrira Tomates olives Bourek thon Poivrons fris, tomates ail
Chorba Salade Bourek Plat	06 Hrira Tomates olives Bricks Chtitha lham	07 Chorba Hamra Caviar d'aubergines Bricks Jardinière	08 Chorba Hamra Caviar d'aubergines Croquettes de riz Dolma tomates au four	09 Chorba Bidha Concombre yogurt Croquettes de riz Epinards ail œuf+riz	10 Chorba Bidha Concombre yogurt Crostini Lasagnes aux épinards	11 Hrira Haricots verts Crostini Dolma aux épinards	12 Hrira Salade de betterave Bourek v.h aubergines Gratin égumes d'été
Chorba Salade Bourek Plat	13 Chorba Hamra Salade d'ahricots verts Bourek thon Tajine zitoun	14 Chorba Hamra Zroudia mchermla Bourek v.h Dolma poivrons au four	15 Chorba Bidha Concombre yogurt Bourek viande hachée Kbab	16 Chorba Bidha Concombre yogurt Bourek viande hachée Kbab	<h2>عيدكم مبارك</h2>		