

.....  
A L'OCCASION DE LA SEMAINE BLEUE DU 2 AU 8 OCTOBRE 2023  
.....

# *Les 2 paniers* *du maraîcher*



LA SALADE DE FRUITS  
D'AUTOMNE

LA BARQUETTE  
VITAMINÉE



Il n'y a pas d'âge pour  
prendre soin de soi !

[SUPERMARCHESMATCH.FR](https://www.supermarchesmatch.fr)



.....  
A L'OCCASION DE LA SEMAINE BLEUE DU 2 AU 8 OCTOBRE 2023

.....  
*Les quiches véggie*  
.....

COURGETTES TOMATES



..... et saumon  
Il n'y a pas d'âge pour  
prendre soin de soi !  
.....

[SUPERMARCHESMATCH.FR](https://www.supermarchesmatch.fr)





.....  
A L'OCCASION DE LA SEMAINE BLEUE DU 2 AU 8 OCTOBRE 2023  
.....

# *Le cabillaud*



..... aux  
lentilles

Il n'y a pas d'âge pour  
prendre soin de soi !  
.....

[SUPERMARCHESMATCH.FR](https://www.supermarchesmatch.fr)



.....  
A L'OCCASION DE LA SEMAINE BLEUE DU 2 AU 8 OCTOBRE 2023  
.....

# *Le filet de porc*



..... **sans os**  
**Il n'y a pas d'âge pour  
prendre soin de soi !**  
.....

[SUPERMARCHESMATCH.FR](https://www.supermarchesmatch.fr)

