

# Atelier Cuisine

Familles  
rurales  
Vivre mieux !

## 4 NOVEMBRE

Intervention diététicien

## 11 NOVEMBRE

Férié - pas d'atelier

## 18 NOVEMBRE

“Du vert dans mon assiette”  
(repas choisi par le groupe)

## 25 NOVEMBRE

Gratin de choux fleur, carottes  
cabillaud

Madeleines choco noisette et caramel

## 2 DECEMBRE

Velouté de patate douce chorizo  
Brushetta au fromage

## 9 DECEMBRE

Intervention diététicien

## 16 DECEMBRE

Repas de Noël

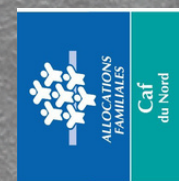
“Buffet dinatoire”

(repas choisi par le groupe)

## REPRISE LE 6 JANVIER

LES MARDIS  
DE 9H30 A 13h00  
AU CLUB 2000

2€ l'atelier / personne  
Sur inscription  
0327788041



Centre Social Familles Rurales  
Au GARAGE 21 rue de Cambrai  
59127 Walincourt-Selvigny