

## Sizhunvezh eus al Lun 14 d'ar Gwener 18 a viz Gwengolo 2026

|             | LUN 14                      | MEURZH 15                     | YAOU 17                        | GWENER 18                      |
|-------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| DIGOR-PRED  |                             | Saladenn e doare ar fourmajer |                                | Karotez rasklet gant mimolette |
| MEUZ        | Karrez seitan               | Chaus carbonara               | Cordon bleu gant kig yar-Indez | Pesked an deiz                 |
| GWARNISADUR | Kreien an heol              | Krogennigoù hag emmental      | Brikoli gant kignen            | Pato paredet                   |
| FOURMAJ     | Toma gwenn diouzh an troc'h | Yaourt breset saouret sivi    | Emmental diouzh an troc'h      | Yaourt breset saouret pechez   |
| DIBENN-PRED | Prun ruz                    |                               | Donut                          |                                |

## Sizhunvezh eus al Lun 21 d'ar Gwener 25 a viz Gwengolo 2026

|             | LUN 21                        | MEURZH 22              | YAOU 24                       | GWENER 25                         |
|-------------|-------------------------------|------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| DIGOR-PRED  | Tomatez gant gwinêgreenn      | Kokombrez giz Bulgaria |                               |                                   |
| MEUZ        | Lazagn piz giz Bologna        | Kig-yar mod Katalonia  | Frinkadenn vevin gant karotez | Pesked an deiz chaous koko        |
| GWARNISADUR | Saladenn                      | Kourjetez melenet      | Krogennigoù gant amann        | Riz                               |
| FOURMAJ     | Yaourt breset saouret karamel |                        | Yaourt plaen sukret           | Kef fourmaj garv diouzh an troc'h |
| DIBENN-PRED |                               | Per                    | Bananez                       | Etremeuzioù vanilha               |

# Sizhunvezh eus al Lun 28 a viz Gwengolo d'ar Gwener 2 a viz Here 2026

|             | LUN 28                                              | MEURZH 29                                      | YAOU 1                            | GWENER 2                           |
|-------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| DIGOR-PRED  | Kokombrez gant feta                                 |                                                | Kourjetez rasklet gant mozzarella |                                    |
| MEUZ        | Tanavenn besk e doare ar meilher gant chaous tartar | Skalopenn yar-Indez koaven gant bonedoù-touseg | Skejenn Halloumi mod Provañs      | Frinkadenn vevin gant louzoù-kegin |
| GWARNISADUR | Flanez kourjetez                                    | Ratatouilh                                     | Penne                             | Semoul kouskous                    |
| FOURMAJ     |                                                     | Edam diouzh an troc'h                          |                                   | Camembert diouzh an troc'h         |
| DIBENN-PRED | Brownies                                            | Per                                            | Rezin ruz                         | Yod avaloù/vanilha                 |