

# Menu recette cookeo de lundi à vendredi semaine 3



## Menu recette cookeo de lundi à vendredi semaine 3

Vous trouverez dans cet article 10 recettes cookeo pour cuisiner du Lundi au Vendredi. Le principe c'est de réaliser des repas très rapidement et qu'ils soient peu onéreux. Pour le week end on peut peut être se faire un peu plus plaisir . Vous en pensez quoi ?

Pour obtenir la description des recettes il suffit de cliquer sur le titre de la recette.

### LUNDI

**MIDI** [One pot pasta spaghetti aubergines cookeo](#)

**SOIR** [Gratin mini chorizo](#)

### MARDI

**MIDI** [Filets de soles poireaux riz](#)

**SOIR Rôti porc pdt carottes**

**MERCREDI**

**MIDI Couscous poulet boulgour**

**SOIR Oeufs cocotte tomates sauce soja**

**JEUDI**

**MIDI Coquillettes poulet fromage**

**SOIR Soupe jambon cru**

**VENDREDI**

**MIDI Pâtes saumon champignons**

**SOIR Gratin courgettes tomates**