

République Perrinandaise

Menu :

- salade verte au tofu
- légumes crus et leur sauce,
- pain de seigle
- fruits

c'est léger, comme j'aime

Boisson : verre de lait.

Le Gertou

Menu :

- soupe paysanne
- purée de légumes et viande
- pain baguette
- fromages forts (j'adore !)
- gâteau à la crème

les bons plats du terroir, y a que ça de vrai !

Boisson : eau, vin (avec modération, c'est bon pour la santé)

Royaume de Nauathlie

Menu :

- viande à la chantilly
- Grignotages barres céréales (ex : le turo rudi : sorte de féta enrobée de chocolat).

Tout ce que je mange est mis entre deux tranches de pain de mie.

D'accord, d'accord, ne perdons pas de temps, il y a du boulot...

Boisson : tout ce que l'on me propose ou que je goûte chez les autres

Carlotchistan

Menu :

- hareng cru
- saumon en tube
- pâte de fromage

Je ne mange ni pain, ni dessert !

Ça va, tout est stérilisé, je peux manger sans crainte ! Et c'est léger.

Boisson : soupe de betterave rouge