



Et les Repas?

Le dîner du vendredi soir, les petits-déjeuners et les déjeuners (piqueniques) du samedi et du dimanche sont gérés par les établissements. Le dîner du samedi soir est offert par Grand Largue

Les établissements se charge de l'avitaillement pour tous, skipper et co-skipper compris.

Pour les boissons il faut prévoir 1 litre d'eau par jour et par personne plus un peu de coca-cola et/ou des jus de fruit.

Il est important de contacter votre skipper qui vous dira sans doute qu'il est inutile d'apporter le fonds d'épicerie tel que : sucre, sel, poivre, huile, vinaigre...

Quelques idées de menu :

Attention il s'agit de faire un choix et non de tout apporter.

N'oubliez pas de prendre contact avec le skipper.

Dîner du vendredi soir

Salade de crudités préparée ou taboulé ou salade de riz-thon-tomates

Boite de cassoulet ou de choucroute ou de lentilles-saucisses ou pâtes bolognaises

Laitage et/ou fromage

Fruits et/ou Gâteaux

Pain

Petits Déjeuners du samedi et dimanche

Lait, jus d'orange, chocolat en poudre, thé, café, sucre, beurre, confiture, céréales, pain, brioche, pain de mie, etc (important: le lait doit de préférence être dans des bouteilles avec bouchon à visser)

Déjeuners du samedi et dimanche

Attention : ces deux repas sont pris pendant la navigation sous forme de piquenique.

Prévoir plutôt des sandwiches jambon, pâté, saucisson, rôti froid ou poulet froid avec des tomates, chips ou équivalent facile à manger en mer

Laitage en pot individuel et/ou fromage

Fruits

Pain

