



Menu : semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Oranges et bâton de sésame	Céréales et lait	Pommes et trempette à l'érable	Melon de miel et lait de soya	Yogourt à boire
Repas	Soupe	----	Jus de légumes	Potage	Casserole de pois chiches
	Burger de porc	Pâté au poulet	Filet de sole au four	Quiche aux épinards et tomates	Brocoli Chou-fleur
	Laitue, tomates et concombres	Salade de chou	Pommes de terre Haricots	Salade du chef	
	Pêches	Pouding au chia	Gâteau aux carottes	Compote de pommes	Gâteau au chocolat et patates douces
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
Collation	Muffin	Bananes et lait de soya	Biscuits	Biscuits Breton et fromage à la crème	Raisins rouges et fromage

*Vérifier les allergies chaque jour

14 octobre- 18 novembre-6 janvier-10 février-17 mars-21 avril

Note : Nos pâtisseries sont faites à partir de céréales et de farine à grains entiers et de fruits variant selon la saison.



Menu : semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Orange et lait	Poires et lait de soya	Pommes et fromage	Cantaloup et bâtonnets de sésame	Céréales et lait
Repas	Potage Pain au saumon Brocoli et choux-fleurs Gâteau aux pommes Lait	Pain Spaghetti sauce tofu Fromage Salade de fruits Lait	Jus de légumes Croûtons aux œufs gratinés Salade pomépinards Mandarine Lait	Salade du chef Suprême de poulet Riz aux légumes Tarte au yogourt glacé Lait	Soupe Pain de viande Pomme de terre Macédoine Brownies au tofu Lait
Collation	Craquelins et tartinade de carottes	Compote de pomme et tortillas	Galette	Barre granola	Banane et lait de soya

*Vérifier les allergies chaque jour

21 octobre-25 novembre-13 janvier-17 février-24 mars-28 avril

Note : Nos pâtisseries sont faites à partir de céréales et de farine à grains entiers et de fruits variant selon la saison.



Menu : semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Pommes et fromage	Yogourt à boire maison	Oranges et bâtonnets de sésame	Céréales et lait	Cantaloup et Lait de soya
Repas	Bouillon aux tomates Omelette aux légumes et pommes de terre rissolées Haricots Carrés rice krispies aux dattes Lait	Potage Filet de sole aux champignons Purée de légumes Velours aux poires Lait	--- Macaroni au poulet Salade César Croustade aux pommes Lait	--- Pâté à la viande Macédoine et concombres Scones aux bananes Lait	Soupe aux coquilles Mini pizzas Végétariennes Salade de brocolis Gâteau à la salade de fruits Lait
Collation	Muffin	Lait de soya et bananes	Galettes	Raisins et fromage	Toast melba et beurre de soya

*Vérifier les allergies chaque jour

28 octobre-2 décembre-20 janvier-24 février-31 mars-5 mai

Note : Nos pâtisseries sont faites à partir de céréales et de farine à grains entiers et de fruits variant selon la saison.



Menu : semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Raisins et biscuits aux légumes	Melon miel et fromage	Oranges et bâtonnets de sésame	Ananas et fromage	Céréales Lait
Repas	Soupe	Jus de légumes	---	Potage	Bruschetta
	Chili végétarien Riz	Burritos aux œufs Salade de concombres	Poulet au riz Salade de chou	Poisson-santé Pommes de terre Haricots	Filets de porc Vermicelles de riz Macédoine de légumes
	Poires	Soupe dessert à la noix de coco	Tarte aux fruits	Crème aux fruits	Tendre aux pêches
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
Collation	Pommes et lait de soya	Muffin	Galettes	Biscotte de blé et fromage à la crème	Bananes et lait de soya

*Vérifier les allergies chaque jour

4 novembre-9 décembre-27 janvier-3 mars-7 avril-12 mai

Note : Nos pâtisseries sont faites à partir de céréales et de farine à grains entiers et de fruits variant selon la saison.



Menu : semaine 5

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Raisins et fromage	Pommes et trempette à l'érable	Oranges et bâtonnets de sésame	Poires et lait de soya	Céréales et lait
Repas	Soupe	Potage	---	---	Jus de légumes
	Pizza aux œufs Salade du chef	Burgers de lentilles Laitue, tomates concombres	Pita au thon Salade de maïs et légumes	Lasagne Brocoli Chou-fleur Carrés aux dattes	Escalope de poulet citronnée Riz Salade de chou
	Yogourt	Crème glacée aux bananes	Mousse crémeuse au tofu	Croustade aux bleuets	Carré aux dattes
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
Collation	Boule énergétique	Galette de riz et beurre de dattes	Galettes	Bagel et beurre de soya	Bananes et lait de soya

*Vérifier les allergies chaque jour

11 novembre-16 décembre-3 février-10 mars-14 avril-19 mai

Note : Nos pâtisseries sont faites à partir de céréales et de farine à grains entiers et de fruits variant selon la saison.