

Menu Automne Hiver



Chaque enfant a une gourde et l'eau est offerte à volonté.
La collation du matin et le dessert du midi se composent de fruits et de lait.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1	Boulette sauce miel moutarde, Riz aux légumes	Pâtes sauce tofu et fromage, Légumes	Soupe porc mexicain, Croustilles de pita	Chili de soya et veau, Fromage, Pain	Omelette parmentier, Légumes
Collation P.M.	Yogourt et céréales	Compote et biscuits	Galette de riz et fromage	Muffin citrouille	Creton et biscottes
Semaine 2	Tofu à l'érable BBQ, Riz aux légumes	Omelette japonaise au chou, Légumes	Pâtes sauce à la viande, Légumes	Chaudrée de poulet, Légumes, Pain	Pâté au saumon, Légumes
Collation P.M.	Yogourt et céréales	Biscuit mélasse	Fromage et biscottes	Compote et biscuits	Pain et beurre de soya
Semaine 3	Pot pie au jambon, Légumes	Pâtes aux légumes	Croquette de riz et saumon, Sauce citronnée, Légumes	Poulet sauce andalouse, Légumes	Fèves aux lards, Pain, Fromage, Crudités
Collation P.M.	Galette de riz et fromage	Pain avoine pomme	Yogourt et céréales	Céréales et lait	Compote et biscuits
Semaine 4	Quiche à la patate douce, Légumes	Pâtes au thon et Légumes	Riz à la florentine, Légumes	Tofu grillé à la sauce tomate, Couscous aux légumes	Soupe au poulet et légumes stroganoff, Pain
Collation P.M.	Barre tendre	Biscotte et fromage	Muffin orange canneberge	Yogourt et céréales	Compote et biscuits