

# MENU AUTOMNE - HIVER

## SEMAINE 02 FÉVRIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Céréales
DÎNER	Boulettes de dinde sauce brune avec pois et carottes Pain de blé	Lasagne primavera Salade verte	Burger de saumon Salade de chou à l'aneth	Pain de viande Pommes de terre et carottes pilées	Fournée (riz) de jambon et légumes sauce aux champignons
COLLATION PM	Compote aux bleuets	Fromage et craquelins	Tartinade aux œufs et pita	Légumes et trempette	Galette de riz et confiture

# MENU AUTOMNE - HIVER

## SEMAINE 10 FÉVRIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
DÎNER	Dhal indien (lentilles et légumes en sauce)	Fricassée de saucisses de poulet, poivrons et pommes de terre	Burritos aux œufs brouillés Salade mexicaine	Croquettes de poisson maison Riz au sésame et poivron rouge	Coquilles sauce à la viande Salade vinaigrette césar
COLLATION PM	Compote de pommes et pêches	Bagel raisins et beurre à la cannelle	Gâteau son et carottes	Yogourt	Jus de légumes Fromage et craquelins

# MENU AUTOMNE - HIVER

## SEMAINE 17 FÉVRIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
DÎNER	Riz cantonnais au poulet	Veau style blanquette Couscous	Casserole de thon (macaroni) Salade vinaigrette à l'orange	Jambon à l'ananas et à la courge Quinoa à l'ail	Pâté chinois
COLLATION PM	Compote de pommes	Humus poivron rouge et grissol	Pain de blé et tartinade fraise-pomme	Tartinade haricot noir, dattes, cacao et Grissol	Pain aux petits fruits et avoine

# MENU AUTOMNE - HIVER

SEMAINE 24 FÉVRIER

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
DÎNER	Medley de macédoine sauce sucrée-salée Boulgour pilaf	Macaroni asiatique au poulet et gingembre	Gratin de poisson blanc et légumes Pain de blé	Frittata aux légumes Tortilla de blé Salade du chef	Chilo corn cane Riz
COLLATION PM	Compote de canneberge	Guacamole et craquelins	Bagel et fromage à la crème	Gâteau son et bleuets	Méli-mélo des petits

# MENU AUTOMNE - HIVER

## SEMAINE 02 MARS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
DÎNER	Tajine de poulet et légumes	Pizza deux fromages et tofu Salade avec légumineuses	Sandwichs aux œufs Salade vinaigrette italienne	Polenta sauce bolognaise au parseman	Carré à la viande style tourtière Riz au fèves vertes
COLLATION PM	Compote de pommes	Œuf dur et craquelins	Tapenade de haricot blanc, poireau et Grissol	Pain aux bananes	Yogourt