



Semaine 5

Du 11 au 15 novembre 2013

LUNDI

- Collation : Céréales nutritives et lait
Dîner : Rotinis aux fromages et légumes (céleris, carottes, piments, fèves vertes, oignons, épinards)
pain croûté
Dessert : Fruits frais et lait
Collation : Gâteau aux carottes sans œufs, sans noix servi avec lait
(ananas, dattes, noix de coco)

MARDI

- Collation : Fruits frais
Dîner : Pâté chinois et salade de légumes (tomates, concombres, fromage, pois chiches)
Dessert : Crème glacée et lait
Collation : Barres aux fruits et lait

MERCREDI

- Collation : Céréales nutritives et lait
Dîner : Poulet barbecue avec légumes (patates, fèves vertes, fèves jaunes)
Dessert : Compote de fruits et lait
Collation : Fruits frais et fromage servis avec lait (pommes)

JEUDI

- Collation : Fruits frais
Dîner : Pain de thon et légumes servi avec sauce béchamel aux champignons
et coucous aux légumes (carottes, piments, oignons, fromage, zucchini, brocolis)
Dessert : Yogourt aux fruits et lait
Collation : Salade de fruits et biscuits servis avec lait

VENDREDI

- Collation : Fruits frais
Dîner : Pizza aux ananas et jambon servie avec salade verte
Dessert : Jello au jus de vrais fruits et lait
Collation : Tartelettes au yogourt et fruits servies avec lait.