



Menu de la semaine 6

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation	Un demi verre de lait et avocat et toast melba	1/2 muffin anglais avec fromage Philadelphia	Mousse au chocolat noir, un demi fruit et un demi verre de lait	15 gr de céréale avec fruits ou yogourt	Trempelette de légumes et lait
Diner	Spaghetti à la chinoise Lait	Escalopes de pommes de terre au saumon et chou fleur et brocoli Lait	Chop suey au poulet sur riz aux légumes Lait	Omelette potagère et salade de carottes Lait	Burritos végété avec salade verte Lait
Collation	Compote, biscottes et un demi verre de lait	Biscuits avec beurre de soya et un demi verre de lait	Pain de son aux bananes et un demi verre de lait	Pita grillé avec houmous et un demi verre de lait	Fromage et biscotte

