



MENU D'HIVER 2016/2017

SEM AINE 1						
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	COLLATION AM	Pommes et lait	Yogourt fruité	Raisins rouges et lait	Oranges et lait	Bananes et lait
DINER	REPAS PRINCIPAL ET ACCOMPAGNEMENT	Poisson (merlu) B.B.Q	Pain de viande aux champignons	Potage Popeye	Tofu asiatique	Spaghetti de blé Sauce aux lentilles
		Pilaf de boulgour Salade de laitue, radis	Purée de pomme de terre Bâtonnets de poivrons verts et courgettes	Mini pita garni aux œufs Tomates cerise	Riz aux sept grains Bâtonnets carotte et bouquets de brocoli	Poivrons colorés
	DESSERT	Ananas Lait	Carrés tropicaux Lait	Poires en conserves Lait	Gélatine aux framboises Lait	Crème veloutée aux poires lait
	COLLATION PM	Muffin All bran Lait	Pommes, fromage Lait	Céréales Lait	Pain aux haricots et patates douces Lait	Carré aux canneberges Lait





MENU D'HIVER 2016/2017

SEMAINE 2						
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	COLLATION AM	Poires et lait	Clémentines et lait	Lait frappé aux fruits	Pommes et lait	Bananes et lait
DINER	REPAS PRINCIPAL ET ACCOMPAGNEMENT	Quiche Lorraine	Pain gumbo (bœuf haché)	Alibaba (pois chiches)	Tourtière de bœuf et millet	Poulet exotique
		Muffin au fromage Macédoine carotte et panais	Salade de concombres et tomates et persil	Salade couscous aux légumes et fromage	Chutney aux fruits Salade de carottes, graines de tournesol	Riz sauvage Haricots verts
	DESSERT	Compote de pommes lait	Yogourt fruité Lait	Mandarines et framboises lait	Pêches en conserves Lait	Crème glacée et coulis de fruits Lait
	COLLATION PM	Tartines aux bananes et lait	Céréales et lait	Carré aux dattes Lait	Muffin aux bananes et ananas Lait	Galette à la mélasse Lait





MENU D'HIVER 2016/2017

SEMAINE 3

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<i>COLLATION AM</i>		Raisins rouges et lait	Clémentines et lait	Bananes et lait	Poires et lait	Smoothies aux fraises
<i>DINER</i>	<i>REPAS PRINCIPAL ET ACCOMPAGNEMENT</i>	Délice de Mer (thon) Sauce aux concombres	Soupe aux pois	Omelette de patates douces	Macaroni à la viande	Tofu à la créole
		Macédoine de légumes	Pain de blé entier Crudité/trempepette au cari	Macédoine de carotte et chou vert	Salade de brocoli et pommes	Couscous aux légumes salade de laitue et chou-fleur
	<i>DESSERT</i>	Gâteau aux betteraves Lait	Salade de fruits Lait	Pain aux bananes Lait	Bananes habillées, sauce aux fraises Lait	Mandarine Lait
<i>COLLATION PM</i>		Yogourt fruité et granola	Biscuits aux dattes et mandarines, lait	Bagel / beurre de pommes, lait	Barre au yogourt Lait	Muffin à la citrouille Lait





MENU D'HIVER 2016/2017

SEMAINE 4

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM		Clémentines et lait	Pommes et lait	Raisins rouges et lait	Bananes et lait	Poires et lait
DINER	REPAS PRINCIPAL ET ACCOMPAGNEMENT	Pain au saumon	Pâté poulet	Chaudronnée de lentilles Fromage râpé	Pizza brocoli / haricots et poulet	Pâté chinois bœuf et kasha
		Pennes aux fines herbes Salade de laitues et poivrons rouges	Salade orientale	Pain pita grec Bâtonnets de carottes	Salade césar	Rondelles de concombres
	DESSERT	Cantaloup lait	Crème rosée lait	Quartiers d'orange Lait	Yogourt à la vanille Lait	Pouding au pain lait
COLLATION PM		Yogourt fruité et céréales	Pain aux courgettes Lait	Biscuits Choco-Rico Lait	Craquelins, fromage cottage Jus de tomate	Céréales lait





MENU D'HIVER 2016/2017

SEMAINE 5						
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	COLLATION AM	Oranges et lait	Fromage cheddar et pommes	Poires et lait	Bananes et lait	Clémentines et lait
DINER	REPAS PRINCIPAL ET ACCOMPAGNEMENT	Tofu sésame	Casserole de poisson (saumon) et légumes en fête	Enchilada en pâté au bœuf et haricots rouges	Fritata végétarienne	Pain aux légumineuses Sauce tomate
		Salade mexicaine Tomates cerise	Riz à la créole bâtonnets de carottes	Salade de légumes	Panais et carottes	Purée de légumes Poivrons colorés
	DESSERT	Melon miel Lait	Gélatine à l'orange et aux pêches Lait	Yogourt aux fraises Lait	Croustade aux pommes Lait	Salade de fruits lait
	COLLATION PM	Céréales Lait	Barre tendre aux bananes et aux dattes Lait	Muffin aux petits fruits Lait	Gâteau aux carottes Lait	Trempelette aux épinards sur galette de riz Jus de légumes





MENU D'HIVER 2016/2017

