

# Menu été 2019



<b>Menu Semaine 1</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation AM</b>	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son de maïs	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son de maïs	Fruits Céréales Mini Wheats
<b>Entrée</b>	Concombre		Salade de chou	Salade fraises et cheddar	Jus de légumes
<b>Diner</b>	Hamburger au tofu, tomates, salade, fromage  Salade césar	Boulettes de porc et lentilles asiatiques Riz Piments, carottes, maïs, champignons	Vol au vent Poulet (carottes, fèves jaunes et vertes, céleri, pois verts) Fèves vertes	Croquettes thon et tofu Sauce tartare Zucchini et carottes	Pain de blé farci au poulet  Salade d'orge à la grecque (concombres, tomate)
<b>Dessert</b>	Poires  Lait	Compote de pommes Lait	Douceur fouettée (Yogourt et fruits)  Lait	Écorces de yogourt glacées  Lait	Salade de fruits maison  Lait
<b>Collation PM</b>	Muffins/ pain aux bananes	Tartinade de haricots et dattes Fruits _____	Biscuits santé au gruau et raisins	Gâteau musclo aux haricots blancs	Pain au zucchini et citron

## Menu été 2019



<b>Menu Semaine 2</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation AM</b>	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Mini Wheats
<b>Entrée</b>	Concombres	Jus de légumes	Concombres		Assiette de crudités (Panais, carottes, champignons, brocoli, chou-fleur et piment)
<b>Diner</b>	Poutine au tofu et légumes (Haricots, navet et carottes)	Basa (poisson) sauce salsa, couscous, Brocoli	Poulet parmigiana et zuchini, Pâte de blé, tomates et basilic Choux-fleur	Pain de viande de porc Pomme de terre (Carottes-Navet)	Burritos au bœuf et fromage  Salade de chou
<b>Dessert</b>	Croustillants aux framboises et poires Lait	Gâteau aux dattes  Lait	Yogourt  Lait	Bâton glacé aux fruits  Lait	Fruits frais ( )  Lait
<b>Collation PM</b>	Raisins et fromage	Trempeuse épinards Biscottes de blé et bâtonnets de carottes	Beurre de soya sur pommes	Biscuits Bananes et dattes	Barre santé, céréales et canneberges

# Menu été 2019



<b>Menu Semaine 3</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation AM</b>	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Mini Wheats
<b>Entrée</b>	Salade de légumes (concombres, tomates, piment)	Choux de Bruxelles et carottes		Concombre	Jus de légumes
<b>Diner</b>	Cannelloni au tofu	Boulette de porc sur pâte de blé Sauce aux champignons	Parmentier au saumon et légumes (Patates, chou-fleur, brocoli, carottes) Petits pois	Chili Tortillas de blé Salade épinards et fèves germées	Tortillas de blé au poulet épinards, tomates et piment, oignons  Salade césar
<b>Dessert</b>	Yogourt et granola  Lait	Compote de pommes Lait	Cornet de lait glacé  Lait	Pêches  Lait	Smoothie au tofu et fruits ( ) Lait
<b>Collation PM</b>	Pops-Bananes et beurre de soya	Biscuits à l'ananas (tofu et pois chiches)	Brioche au yogourt et à la cannelle	Tartinade de poulet et canneberges Craquelins de blé	Brownies aux patates douces

# Menu été 2019



<b>Menu Semaine 4</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation AM</b>	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Cheerios	Fruits Céréales Square son et maïs	Fruits Céréales Mini Wheats
<b>Entrée</b>	Concombres	Jus de légumes		Salade César	Salade de chou
<b>Diner</b>	Sauté de légumes et tofu (Poivrons, chou-fleur- carottes, maïs, oignons) Vermicelle de riz	Pâte de Blé au thon Salade de maïs	Roulé de bœuf, sauce aux champignons, chou-fleur et carottes	Pizza au poulet aux légumes	Macaroni à la viande  Brocoli
<b>Dessert</b>	Compote de fruits ( )  Lait	Fruits frais ( )  Lait	Yogourt  Lait	Bâton glacé aux fraises  Lait	Salade de fruits  Lait
<b>Collation PM</b>	Biscuits au beurre de soya	Galettes à la compote de pommes et tofu	Tartinade de saumon Craquelins de blé	Muffins canneberges pommes	Barres tendres aux framboises