



1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
Collation AM 	Fruits Lait de soya au chocolat ou à la fraise	Fruits Lait	Fruit Lait	Fruits Lait de soya au chocolat ou à la fraise	Fruits Cubes de cheddar ou fromage en grains
Dîner 	Salade de haricots verts Sole à la salsa gratinée Riz blanc Fruits Lait	Salade orzo et tomates Tarte aux lentilles et légumes ketchup Fruits Lait	Soupe aux légumes et alphabets Pizza courgettes et feta Fruits Lait	Concombre Pain de veau aux champignons Purée de pomme de terre Fruits Lait	Salade de maïs et haricots noirs Macaroni au fromage Fruits Lait
Collation PM 	Poivrons, pita et humus Lait	Yogourt cassonade, biscuits à thé Eau	Tarte au fromage à l'orange Lait	Petit pain de grains entiers et beurre de soya Lait	Barres tendres maison Lait