



Menu Automne - Hiver 2017-2018

Le lait est servi à chaque repas ainsi qu'à toutes les collations.

L'eau est à volonté durant la journée.

Les plats destinés aux enfants allergiques sont similaires aux repas des autres enfants et ils respectent les ingrédients auxquels ils ont droit.

Mise à jour le 26 octobre 2017

Semaine # 1		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
4 septembre 9 octobre 13 novembre 18 décembre	A.M.	Muffin anglais avec fromage	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo
	REPAS	Poisson (Merlu) à l'orange Pilaf à l'orge et macédoine de légumes	Casserole de bœuf et légumes (sauce tomate, céleri et carotte)	Spaghetti sauce aux lentilles (carotte, poivron, oignon, ail et pâte de blé), Concombre	Mijoté de porc (légumes Romanesco)	Soupe au poulet et riz Salade de poulet et pita de blé (poivron, pois et échalote)
		Fruit	Carré aux fruits	Fruit	Muffin au yogourt	Fruit
	P.M.	Céréales	Yogourt	Gâteau salade de fruits	Tortillas grillés et trempette aux épinards	Biscuit au gruau
ALLERGÈNE		<i>Produit laitier, soya, poisson, blé et orge</i>	<i>Produit laitier, soya et blé</i>	<i>Produit laitier, soya, légumineuse et blé</i>	<i>Produit laitier, légumineuse et blé</i>	<i>Produit laitier, soya, oeuf et blé</i>

Semaine # 2		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
11 septembre 16 octobre 20 novembre 2 janvier 2018	A.M.	Fruit	Fruit	Galette de riz avec beurre de pomme	Fruit	Méli-mélo
	REPAS	Rigatoni sauce tofu Salade du chef	Pâté de porcinet (porc ou bœuf haché) avec ketchup (maïs en grain et en crème, brocoli)	Pain de pois chiches (brocoli) Salade de carotte et pomme	Pennes (blé) au thon (épinard, carotte, brocoli et chou-fleur) Tomate	Sandwich au poulet chaud (pois verts) Pain de blé
		Fruit	Fruit	Fruit	Gâteau au chocolat	Fruit
	P.M.	Tortillas grillés avec salsa maison	Céréales	Yogourt	Pita avec tartinade à la betterave	Biscuit au beurre de soya
ALLERGÈNE		<i>Soya, blé</i>	<i>Produit laitier</i>	<i>Produit laitier, œuf, légumineuse et soya</i>	<i>Produit laitier, légumineuse, poisson et blé</i>	<i>Produit laitier, œuf, soya et blé</i>

Menu Automne-Hiver 2017-2018

Le lait est servi à chaque repas ainsi qu'à toutes les collations.

Semaine # 3		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
18 septembre 23 octobre 27 novembre 8 janvier 2018	A.M.	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo
	REPAS	Chili végétarien (épinard et carotte) Riz au beurre	Ragoût Brunswick (carotte, céleri, maïs et fèves de Lima) Pain avec margarine	Boulettes de bœuf et riz Sauce tomate Légumes (fève et carotte)	Pizza végétarienne Salade de tomate et concombre	Linguine au saumon et petits pois Légumes d'automne
		Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit
	P.M.	Gâteau aux bananes	Biscottes avec fromage Cheddar	Yogourt	Céréales	Muffin aux dattes
ALLERGÈNE		<i>Produit laitier, œuf, soya et légumineuse</i>	<i>Produit laitier et soya</i>	<i>Produit laitier, soya, légumineuse et blé</i>	<i>Produit laitier, légumineuses</i>	<i>Produit laitier et poisson (saumon)</i>

Semaine #4		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
25 septembre 30 octobre 20 novembre 4 décembre 15 janvier 2018	A.M.	Muffin anglais avec beurre de soya	Fruit	Fruit	Méli-mélo	Fruit
	REPAS	Croquette au saumon Légumes méli-mélo	Pâté chinois aux lentilles avec Ketchup Maïs en grain et en crème Betterave	Macaroni à la viande Salade du chef	Fettuccine au poulet Sauce Alfredo (carotte et brocoli)	Boeuf en lanières Carotte, navet et pomme de terre
		Fruit	Fruit	Carré aux dattes	Fruit	Yogourt
	P.M.	Céréales	Tortillas avec tartinade aux haricots	Yogourt	Muffin aux carottes	Gâteau à la mélasse
ALLERGÈNE		<i>Produit laitier, poisson</i>	<i>Produit laitier, soya, légumineuse et blé</i>	<i>Soya</i>	<i>Produit laitier</i>	<i>Produit laitier et soya</i>

Semaine #5		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 octobre 6 novembre 11 décembre 22 janvier 2018	A.M.	Fruit	Pain aux raisins	Fruit	Méli-mélo	Fruit
	REPAS	Riz et haricots à l'italienne Carotte et céleri Pain de blé et margarine	Boeuf à la mode Carotte, chou et pomme de terre	Jus de légumes Salade César Pain et margarine	Casserole de poisson Carotte, maïs, pois et fèves	Poivron farci (carotte, maïs et oignon) Tomate
		Fruit	Carré aux haricots noirs	Fruit	Fruit	Fruit
	P.M.	Croustillant aux pommes	Yogourt	Rice Krispies	Bagel avec hummus	Galette de riz avec fromage
ALLERGÈNE		<i>Produit laitier, légumineuse et blé</i>	<i>Produit laitier et légumineuse</i>	<i>Produit laitier, sésame</i>	<i>Produit laitier, poisson et blé sésame</i>	<i>Produit laitier</i>