

| CPE Pierre-Boucher Installation Jacques-Cartier | | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|--|---|--|
| <u>Semaine 1</u> 14 au 18 octobre 25 au 29 nov. 20 au 24 janvier 2 au 6 mars 13-17 avril | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Tacos souple végété, salade mexicaine Muffins aux fruits du jour Couscous végété au maïs | Pâtés au poulet, légumes variés Crudités, craquelins et humus Repas du jour | Mini-pitas au jambon, salade de légumes frais Minigos et petits biscuits Divan de poulet, légumes variés | Soupe minestrone, fromage et craquelins Céréales et lait Pâtes minestrone et fromage | Mijoté de bœuf, légumes du jardin Biscuits haricots blancs Repas du jour |
| <u>Semaine 2</u> 21 au 25 octobre 2 au 6 décembre 27 au 31 janvier 9 au 13 mars 20 au 24 avril | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Burger haricots, salade de choux Pouding au riz Riz aux haricots, légumes variés | Tourtières au tofu, légumes variés Fromage, pommes, craquelins Repas du jour | Salade de couscous au poulet, jus légumes Galette riz et tartinade aromatisée Couscous poulet et légumes | Crème de tomates, pain gumbo Pain aux bananes Crème de tomates et légumineuses | Pâté chinois au patates douce, betteraves Yogourt et petits fruits Repas du jour |
| <u>Semaine 3</u> 28 oct. au 1 ^{er} nov. 9 au 13 décembre 3 au 7 février 16 au 20 mars 27 avril au 1 ^{er} mai | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Soupe thaïe au poulet, tortillas aux légumes Pain de courgettes Vermicelles thaï | Couscous porc à l'orange, légumes variés Tremettes fromage et crudités Repas du jour | Salade d'orzo, salade pois chiches et pommes Céréales et lait Orzo au pois chiche et légumes variés | Tofu mariné vermicelles riz, légumes variés Croustade aux fruits du jour Repas du jour | Poulet indien, couscous, légumes variés Yogourt et biscuits secs Repas du jour |
| <u>Semaine 4</u> 4 au 8 novembre 16 au 20 déc. 10 au 14 février 23 au 27 mars 4 au 8 mai | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Soupe l'orge et légumi- neuses, pain et fromage Biscuits dattes et chocolat Orge, légumineuses fromagé | Coquillettes de veau, légumes variés Fruits, fromage et craquelins Repas du jour | Salade de riz et pois chiches, salade verte Ryvita, tartinade soya et confiture fraises Riz au pois chiches et légumes variés | Galettes Tex-Mex à la courge couscous légume Pain aux tomates Repas du jour | Vol au vent de poulet, légumes variés Yogourt hawaïen Couscous au poulet et légumes variés |
| <u>Semaine 5</u> 11 au 15 nov. 6 au 10 janvier 17 au 21 février 30 mars-3 avril 11 au 15 mai | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Chili blanc, petits pains et salade verte Biscuits du jardin Patates, chili blanc, légumes variés | Spaghetti et salade César Rouleaux beurre soya et bananes Spaghetti et légumes variés | Tortillas de tofu, fromage, concombres Yogourt et granola Spaghetti et légumes variés | Crème de légumes, scones fromage et brocolis Carrés choco-courgettes Crème de légumes et légumineuses | Dinde parmentière, légumes variés Tartinade poireaux, pitas, Repas du jour |
| <u>Semaine 6</u> 18 au 22 nov. 13 au 17 janvier 24 au 28 février 6 au 10 avril | Dîner : Collation PM : Pouponnières : | Soupe aux lentilles vertes, pains, fromage Muffins pommes- cheddar Lentilles et légumes | Riz frit aux légumes et poulet Terrines de tofu, craquelins Repas du jour | Sandwich au poulet, fromage tranché, salade Betteraves Pouding de chia au chocolat Riz au poulet, légumes | Cigares au chou étagé, légumes du jardin grillés Yogourt Repas du jour | Pennes au saucisses et aubergines, légumes Barre tendre granola au ricotta et fruits Repas du jour |
| Pour tous les menus : | Collation AM : | Fruits variés de saison. Pour plus de détails, voir sur la porte de la cuisine | | | | |
| | Dessert : | Fruits en conserve variés, fruit frais variés, yogourt. Pour plus de détails, voir sur la porte de la cuisine | | | | |
| | Fruits du jour : | Pommes, bananes, poires-framboises, dattes, pêches, fraises, bleuets | | | | |
| | Légumes variés : | Brocolis, choux fleurs, pois vert, carottes, haricots, mélange Montégo, mélange Romanesco, Mélange du jour | | | | |
| | Crudités : | Concombres, courgettes, tomates cerises | | | | |