



Menu Automne 2022

Semaine 1



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Bagels fromage à la crème	Yogourt et fruits	Muffins	Rôti au Wowbutter	Céréales
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe repas poulet & orge Cubes de fromage Biscuits soda de blé Lait Mandarine dans le sirop	Macaroni au fromage, brocoli et chou-fleur Lait Compote de pommes	Riz aux légumes et tofu Lait Yogourt	Korma de pois chiches Pain pitas Concombres Lait Salade de fruits	Gemellis sauce aux lentilles et parmesan Lait Fruits
Collation PM	Fruits	Galettes de riz et fromage à la crème	Fruits et fromage	Muffins aux courgettes et cheddar	Craquelins et mousse de dinde



Menu Automne 2022

Semaine 2



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Bagels fromage à la crème	Yogourt et fruits	Muffins	Rôti au Wowbutter	Céréales
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe minestrone Petits pains maison au fromage, tomates séchées au soleil et cubes de fromage Lait Poire en cubes	Croquettes de poulet Riz et légumes Sauce barbecue Lait Compote de pommes	Mijoté d'haricots et tofu servis avec pain pita Lait Yogourt	Poulet teriyaki Riz et légumes Lait Salade de fruits	Macaroni à la « sans-viande » Bâtonnets de fromage Concombres Lait Fruits
Collation PM	Fruits	Muffins à la citrouille et épices automnales	Galettes à la mélasse	Carrés aux pommes	Trempeuse aux épinards et craquelins



Menu Automne 2022

Semaine 3



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Bagels fromage à la crème	Yogourt et fruits	Muffins	Rôti au Wowbutter	Céréales
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Dîner	Soupe aux légumes et nouilles Petits pains maison au fromage, tomates séchées au soleil et cubes de fromage Lait Mandarine dans le sirop	Coquilles sauce à la citrouille crémeuse et aux légumes Lait Compote de pommes	Poulet au beurre Couscous et légumes Pain naan Lait Yogourt	Chili végétarien Mozzarella et pita Lait Salade de fruits	Pâté chinois aux lentilles, « sans-viande » et patate douce servis avec betterave Lait Fruits
Collation PM	Fruits	Craquelins et mousse de dinde	Muffins aux pommes	Galette à l'avoine	Fruits et fromage



Menu Automne 2022

Semaine 4



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Bagels fromage à la crème	Yogourt et fruits	Muffins	Rôti au Wowbutter	Céréales
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe repas aux lentilles Petits pains maison au fromage, tomates séchées au soleil et cubes de fromage Lait Poire en cube	Fusillis aux légumes et au « sans-viande » servis avec concombres Lait Compote de pommes	Orge crémeux au poulet Lait Yogourt	Couscous marocain au tofu Pain pita Lait Salade de fruits	Spaghetti sauce à la viande et parmesan Lait Fruits
Collation PM	Muffins aux bananes	Galette de riz et fromage à la crème	Biscuits aux pommes	Trempeuse aux épinards et craquelins	Variété de petites douceurs (Biscuits & Muffins)