



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine I



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe repas poulet et orge Cubes de fromage Biscuits soda Lait Mandarines dans le sirop	Scoobi-doo au fromage et brocoli Lait Compote de pommes	Sandwich au poulet Crudités Lait Gâteau aux carottes et ananas	Filet de poisson à l'italienne servis avec riz aux légumes Lait Yogourt	Macaroni de blé chinois à la protéine végétale Lait Tapioca maison servis avec biscuits goglu
Collation PM	Carrés aux pommes	Fruits et fromage	Creton végétalien aux lentilles servis avec toast melba	Muffins aux pommes	Mousse de dinde servis avec craquelins



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine 2



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Potage de légumes du moment Fromage et biscuits sodas de blé Lait Pêches dans le sirop	Coquilles sauce crémeuse à la citrouille aux légumes Lait Galettes à la mélasse	Tofu général tao Riz basmati et légumes Lait Salade de fruits	Poulet d'alibaba servis avec couscous et légumes Lait Yogourt	Boulette de bœuf sauce fruitée, riz basmati et légumes Lait Fruits
Collation PM	Muffins à la citrouille aux épices automnales	Tartinade de fromage à la crème et canneberges servis avec biscuits breton	Humus maison servis avec petits pains naan	Muffins au son et aux petits fruits	Galettes de riz avec beurre de soya et bananes



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine 3



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe Minestrone Biscuits soda de blé et cubes de fromage Lait Mandarine dans le sirop	Penne de blé à la grecque Lait Compote de pommes	Burger au humus à l'avocat Crudités Lait Muffins aux courgettes et fromage cheddar	Poulet au beurre Couscous et pain naan Lait Yogourt	Bœuf coréen Riz basmati et légumes Lait Tapioca maison servis avec biscuits goglu
Collation PM	Biscuits aux pommes et raisins	Mousse de dinde servis avec craquelins	Fruits et fromage	Creton végétalien aux lentilles servis avec toast melba	Variété de muffins et biscuits



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine 4



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe thaïlandaise au poulet Biscuits soda et cubes de fromage Lait Muffins aux bananes	Fusillis aux légumes et à la protéine végétale servis avec concombres Lait Compote de pommes et pêches	Ragoût irlandais végétarien servi avec petit pain Lait Salade de fruits	Pizza au thon servi avec salade de betteraves, épinards et pommes Lait Yogourt	Poulet teriyaki Riz basmati et légumes Lait Fruits
Collation PM	Tartinade de fromage à la crème et canneberges servis avec biscuits breton	Galettes à l'avoine	Muffins aux carottes	Galettes de riz avec beurre de soya et bananes	Humus maison servi avec petits pains naan



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine 5



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Soupe repas aux lentilles Biscuits sodas de blé et cubes de fromage Lait Mandarines dans le sirop	Coquilles sauce rosée au yogourt grec et légumes Lait Compote de pommes	Chili à la protéine végétale Mozzarella et pita Lait Biscuits aux épices réconfortantes	Vol-au-vent au poulet Lait Yogourt	Penne de blé aux poireaux et dinde Lait Tapioca maison servis avec biscuits goglu
Collation PM	Muffins au son, oranges et canneberges	Fruits et fromage	Creton végétalien aux lentilles servis avec toast melba	Muffins aux deux sucres	Mousse de dinde servis avec craquelins



Menu Automne & Hiver 2023-2024

Semaine 6



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	Choix entre : Céréales et fruits Muffins et fruits Petit pain à déjeuner aux fruits et aux grains et fruits Lait				
Collation AM	Céréales	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Dîner	Soupe aux pois verts servis avec croque- monsieur de dinde Lait Pêches dans le sirop	Cubes de tofu grillé à l'érable Riz et légumes Lait Galettes du verger	Mijoté automnal au poulet et légumes racines Petit pain Salade de fruits	Riz brun au thon à la méditerranéenne (feta, bruschetta, épinards) Lait Yogourt	Spaghetti sauce à la viande avec parmesan Lait Fruits
Collation PM	Galettes de riz avec beurre de soya et bananes	Tartinade de fromage à la crème et canneberges servis avec biscuits breton	Scones aux canneberges, oranges et chocolat	Humus maison servis avec petits pains naan	Variété de muffins et biscuits