



MENU ÉTÉ

Semaine : 1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION Am	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais
DÎNER	Macaroni tofu & brocolis avec Fromage	Poisson croustillant Sauce tartare Salade de couscous aux légumes	Pitas grecs à la salade de poulet Crudités & Cubes de fromage	Quiche aux épinards Salade de pâtes aux légumes	Boulettes de bœuf sauce à l'orange Riz aux légumes
DESSERT	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau
COLLATION Pm	Yogourt & Biscuits Graham Eau	Tartinades aux haricots blancs, Pommes Lait	Croustillant fruité Lait	Muffins choco-paires Lait	« Tousqui » Lait



MENU ÉTÉ

Semaine : 2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION Am	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais
DÎNER	Casserole gratinée au thon & Brocolis Jus de légumes	Riz chinois à la dinde Salade d'épinards & fraises	Végé-burger tofu & pois chiches Crudités Cubes de fromage cheddar	Pizza poulet ananas Salade verte & légumes	Pâté chinois bœuf & protéines de soya Salade de betteraves & pommes
DESSERT	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau
COLLATION Pm	Yogourt Biscuits « social tea » Eau	Craquelins breton & Fromage Eau	Smoothie santé Biscuits graham Eau	Muffins au son Lait	« Tousqui » Lait

C.P.E. COQUELICOTS INC.



MENU ÉTÉ

Semaine : 3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION Am	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais
DÎNER	Poisson salsa tomates & mangues Quinoa Pois vert	Pâté mexicain Salade de chou crémeuse	Sandwich aux œufs Crudités Trempelette Cubes de fromage	Tortellini au fromage sauce rosée Brocolis	Fallafels Sauce tzatzíki Salade de couscous
DESSERT	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau
COLLATION Pm	Yogourt aux fruits Eau	Galette de riz Beurre de soya Lait	Scones aux canneberges Lait	Muffins à la citrouille Lait	Céréales & Lait



MENU ÉTÉ

Semaine : 4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION Am	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais
DÎNER	Pennes à la grecque & tofu Salade de carottes	Chili végétarien Mozzarella râpé Pointe de pita	Rouleaux de porc Crudités Cubes de fromage	Croquettes de saumon Ketchup Salade de maïs	Fusilli au poulet sauce blanche Jus de légumes
DESSERT	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau
COLLATION Pm	Yogourt & Muslix aux bananes Eau	Biscuits aux bananes & beurre de soya Lait	Smoothies Eau	Muffins aux framboises Lait	« Tousqui » Lait



MENU ÉTÉ

Semaine : 5

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION Am	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais	Fruits Frais
DÎNER	Pain de viande à la dinde Sauce florentine Riz aux légumes	Quiche au thon Salade de chou	Tartinade des beaux jours Pain pita Crudités Cubes de fromage	Poitrine de poulet Salade de fusilli & légumes Sauce BBQ	Burritos chauds au bœuf Salsa douce maïs & fromage Salade verte Vinaigrette crémeuse
DESSERT	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau	Fruits & eau
COLLATION Pm	Tubes glacés Eau	Biscuits dattes et corn flakes Lait	Gâteau aux fruits Lait	Yogourt & Fruits Biscuits graham Eau	« Tousqui » Lait