

# MENU AUTOMNE - HIVER

SEMAINE 30 DÉCEMBRE

|              | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI                 | VENDREDI   |
|--------------|-------|-------|----------|-----------------------|--|
| COLLATION AM |       |       |          | Fruits                | Fruits   |
| DÎNER        | FERMÉ | FERMÉ | FERMÉ    | Pizza                 | Quiche jardinière sans croûte, pommes de terre en cube, maïs, pois verts, carottes et haricots verts |
| COLLATION PM |       |       |          | Craquelins et Ficello | Barre tendre   |

# MENU AUTOMNE - HIVER

SEMAINE 06 JANVIER

|                     | LUNDI  | MARDI       | MERCREDI   | JEUDI   | VENDREDI   |
|---------------------|--|-------------|--|---|--|
| <b>COLLATION AM</b> | Fruits   | Fruits      | Fruits   | Fruits  | Fruits   |
| <b>DÎNER</b>        | Boulette de bœuf sauce brune aux poivrons, pommes de terre en cube, pois verts, carottes | Lasagne     | Bâtonnets de goberge cuit au four, purée de pommes de terre, carottes et haricots vets | Riz frit espagnol au poulet, tomates en dés et pois verts | Mini ravioli au fromage sauce tomate aux légumes |
| <b>COLLATION PM</b> | Yogourt  | Mini crêpes | Poisson au fromage   | Pain pita aux pommes                                      | Galette à l'avoine et pépites de chocolat        |

# MENU AUTOMNE - HIVER

SEMAINE 13 JANVIER

|              | LUNDI  | MARDI                            | MERCREDI  | JEUDI  | VENDREDI  |
|--------------|--|----------------------------------|---|--|---|
| COLLATION AM | Fruits   | Fruits                           | Fruits  | Fruits   | Fruits  |
| DÎNER        | Poulet popcorn, pommes de terre rissolés, carottes | Pennines sauce viande et légumes | Omelette végétarienne, purée de pommes de terre, carottes, haricots verts et jaunes | Casserole de bœuf haché et légumes à la mexicaine sur lit de riz | Pizza à la dinde, poivrons et fromage           |
| COLLATION PM | Compote pommes et poires                           | Biscuit soleil vanille           | Galette avoine et dattes  | Pêches en morceaux   | Galette de riz et tartinade au soja (Wowbutter) |

# MENU AUTOMNE - HIVER

SEMAINE 20 JANVIER

|              | LUNDI  | MARDI                                    | MERCREDI   | JEUDI  | VENDREDI                   |
|--------------|--|--|--|--|----------------------------|
| COLLATION AM | Fruits   | Fruits                                   | Fruits   | Fruits   | Fruits                     |
| DÎNER        | Quiche jardinière sans croûte, pommes de terre en cube, maïs, pois verts, carottes et haricots verts | Macaroni au four sauce viande et légumes | Filet de poisson à l'italienne, purée de pommes de terre, brocolis | Poulet crémeux à la toscane sur lit de linguine, légumes | Lasagne primavera gratinée |
| COLLATION PM | Yogourt  | Bâtons de pain doré à la cannelle        | Galette avoine et framboise  | Pain pita aux bleuets                                    | Pita et purée d'avocat     |

# MENU AUTOMNE - HIVER

27 JANVIER

|                 | LUNDI  | MARDI                                | MERCREDI   | JEUDI   | VENDREDI              |
|-----------------|--|--------------------------------------|--|---|-----------------------|
| COLLATION<br>AM | Fruits   | Fruits                               | Fruits   | Fruits  | <b>Fruits</b>         |
| DÎNER           | Manicotis au fromage<br>sauce tomate et légumes,<br>carottes | Farfalles sauce viande<br>et légumes | Hamburger steak sauce<br>brune, purée de pommes<br>de terre, haricots verts et<br>jaunes | Poulet à la Cacciatore<br>sauce tomate et légumes<br>sur lit de riz | Pizza méditerranéenne |
| COLLATION<br>PM | Compote pomme-bleuets  | Yogourt                              | Ficello  | Mandarine en segments   | Muffin aux bananes    |