MENU D'AUTOMNE

Semaine 1

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
collation A.M.	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
dîner	Spaghetti sauce bœuf et protéine végétale(pvt) Salade césar	Pizza au porc Crudités	Poulet sauce à l'estragon Purée pommes de terre et légumes	Omelette du jardin Salade Cléopâtre	Délice des mers sauce tartare Légumes du jour Nouilles citron et ail
dessert	Yogourt Aux pêches Eau	Muffin aux carottes Lait	Pouding à la chia Eau	Poire en dés Lait	Bagatelle Lait
collation P.M.	Biscuit à la noix coco Lait	Hummus maison et craquelins aux légumes	Wrap banana et tartinade choco-datte	Gâteau aux pommes Lait	Biscuit aux bananes Lait

Mise à jour :Sept 2026

CPE LA ROSE DES VENTS

Menu d'automne

Semaine 2

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
collation A.M.	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
dîner	Couscous sauce alibaba (pois-chiche) Salade de légumes verts	Poulet à la King et macédoine Riz aux légumes	Potage à la citrouille Fromages et craquelins	Sandwich au jambon Salade de betteraves et feta	Boucle de tofu soyeux au cheddar Salade de maïs
dessert	Blanc-manger à la vanille Eau	Fruit frais Lait	Biscuit a la mélasse Lait	Yogourt aux fruits Eau	Banane sauce au caramel Lait
collation P.M.	Biscuit banane et canneberge Lait	Muffin à l'avoine Lait	Tartinade épinards et philly Bretons aux légumes	Carré aux dattes Lait	Boule d'énergie Lait

Mise à jour : Sept 2026

CPE LA ROSE DES VENTS

Menu d'automne

Semaine 3

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
collation A.M.	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
dîner	Salade de riz à la mexicaine (5 haricots) et légumes	Poisson à l'Italienne Chou-fleur brocoli Quartier pommes de terre	Quiche fromage et basilic Salade quinoa style grecque	Couscous de blé entier au tofu et cari Légumes du jour	Chili de porc Salade de légumes Pain tortillas
dessert	Compote de fruits croquants Lait	Crème à l'orange Eau	Gâteau aux poires et raisins secs Eau	Salade de fruits Lait	Tapioca Eau
collation P.M.	Barre tendre maison aux canneberges	Galette aux bleuets et à l'érable Lait	Fromage crème aux fraises et mini pita	Muffin aux bananes Lait	Crudités Cubes de fromage craquelins légumes



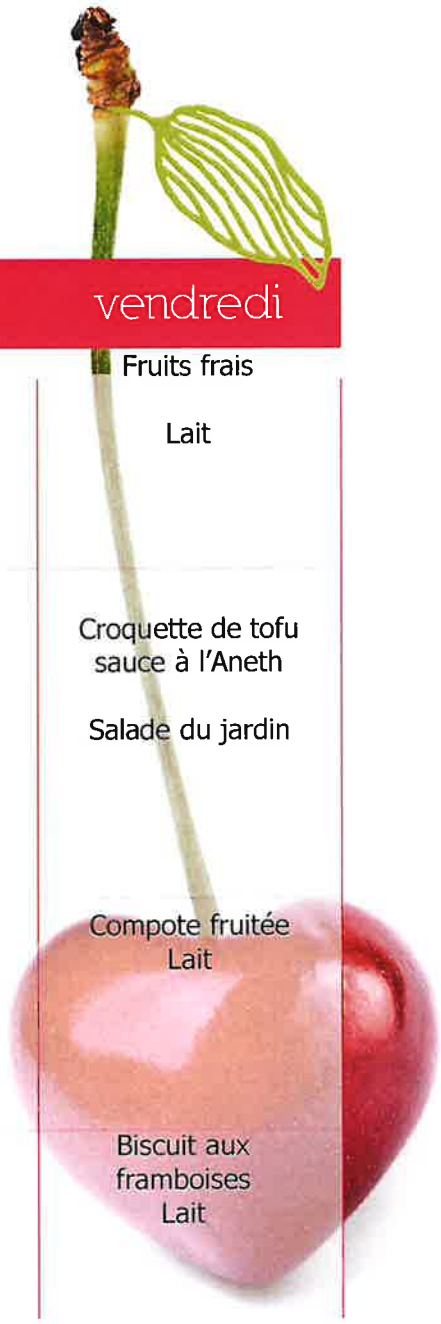
Mise à jour : Sept 2026

CPE LA ROSE DES VENTS

Menu d'automne

Semaine 4

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
collation A.M.	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait	Fruits frais Lait
dîner	Soupe poulet, nouilles et légumes Pain et fromages	Fritatta aux épinards Et fromage Légumes de saison	Filet de poisson à l'Anet Riz aux légumes	Macaroni bœuf et protéine végétale (Pvt) Légumes à la chinoise	Croquette de tofu sauce à l'Aneth Salade du jardin
dessert	Yogourt aux fruits Lait	Pêches en dés Lait	Croustade aux pommes Eau	Biscuit beurre de soya et pépites Lait	Compote fruitée Lait
collation P.M.	Muffin à la salade de fruits Lait	Gâteau aux poires Lait	Galette de riz confiture fraises Lait	Fruits frais Cubes de fromage Lait	Biscuit aux framboises Lait



Mise à jour : Sept 2026

CPE LA ROSE DES VENTS