| Menu Hiver<br>Installation Jacques-Cartier<br>CPE Pierre-Boucher | | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Semaine 1**<br>12 au 16 octobre<br>23 au 27 novembre<br>18 au 22 janvier<br>1 au 5 mars<br>12 au 16 avril | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Poulet à la Dijon, riz et haricots<br>Trempette au fromage et crudités<br>Menu du jour | Soupe repas de cigare au chou et petits pains<br>Yogourt et petits fruits<br><br>Riz au cigare aux choux | Pâté au tofu, carottes<br><br>Muffins carotte et avoine<br><br>Menu du jour | Coquilles au fromage et à la citrouille, choux fleurs<br>Biscuits framboise et noix coco<br>Menu du jour | Salade césar au poulet grillé<br><br>Céréales variées<br><br>Pâtes, poulet et haricots |
| **Semaine 2**<br>19 au 23 octobre<br>30 nov. au 4 déc.<br>25 au 29 janvier<br>8 au 12 mars<br>19 au 23 avril | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Soupe noce italienne, pains<br>Humus cannelle, pommes<br><br>Orzo aux boulettes | Carrés de saumon gratiné, brocolis<br>Yogourt hawaïen<br><br>Menu du jour | Chili végé, pitas grillées et salade verte<br>Biscuits choco-dattes<br><br>Menu du jour | Tofu général Tao, riz et légume soleil levant<br>Muffins aux fruits<br><br>Menu du jour | Minis-pitas de poulet et salade carotte<br>Œufs à la coque, crudités et trempette<br><br>Pâtes au poulet, carottes |
| **Semaine 3**<br>26 au 30 octobre<br>7 au 11 décembre<br>1er au 5 février<br>15 au 19 mars<br>26 au 30 avril | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Burritos végé, salade de maïs<br>Yogourt et biscuits<br><br>Riz, haricots et maïs | Soupe lasagne, pains<br><br>Tartinade de poireaux et crudités<br>Lasagne et brocolis | Dinde parmentière, légume du jour<br>Muffins ananas et noix coco<br><br>Menu du jour | Quiche brocolis et fromage, salade verte<br>Carrés poires aux épices chaï<br><br>Quiche et choux fleurs | Salade de couscous au poulet, jus de légumes<br>Fromage et pommes<br>Couscous au poulet et légumes du jour |
| **Semaine 4**<br>2 au 6 novembre<br>14 au 18 décembre<br>8 au 12 février<br>22 au 26 mars<br>3 au 7 mai | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Cavatappi sauce ragù à la dinde, choux fleurs<br>Tartinade au tofu, crudités<br>Menu du jour | Pâté chinois, betteraves<br><br>Yogourt et gaufres<br><br>Menu du jour | Pot pie au poulet légumes soleil levant<br>Muffins aux bleuets<br><br>Menu du jour | Potage de légumes, scones fromage et brocolis<br>Pain aux bananes<br><br>Crème de légumes aux haricots blancs | Pizza froide aux tomates, salade grecque<br>Céréales variées, lait<br><br>Pâtes aux haricots blanc. |
| **Semaine 5**<br>9 au 13 novembre<br>4 au 8 janvier<br>15 au 19 février<br>29 mars au 2 avril<br>10 au 14 mai | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Soupe au poulet, légumes et orge, craquelins<br>Yogourt et pommes<br><br>Orge, légumes et poulet | Burger de poisson et salade choux<br>Tartinade à la betterave, crudités, craquelin<br>Riz et poisson, choux fleurs | Fajitas de tofu, salade verte<br>Croustade aux fruits<br><br>Pâtes au tofu, brocolis | Pâté mexicain, légume du jour<br>Biscuits au citron<br><br>Menu du jour | Salade de pâtes et œuf à la coque, jus de légumes<br>Galette de riz, beurre soya, fruits<br><br>Pâtes aux œufs légumes du jour |
| **Semaine 6**<br>16 au 20 novembre<br>11 au 15 janvier<br>22 au 26 février<br>5 au 9 avril<br>17 au 21 mai | Dîner :<br><br>Collation PM :<br><br>Pouponnières : | Boulettes végé porc-épic, boulgour, carottes<br>Fromage en grain, crudités et trempette<br>Menu du jour | Soupe repas aux tomates et raviolis, fromage à tartiner et craquelins<br>Yogourt et granola<br>Ravioli et carottes | Carrés bœuf et fromage, brocolis<br>Biscuits haricots blancs<br><br>Menu du jour | Divan de poulet, légumes du jour<br>Pain aux tomates<br><br>Menu du jour | Wrap au thon et salade verte<br>Coulis tofu et érable, crêpes et fruits<br>Couscous au thon, haricots |
| Pour tous les menus : | Collation AM : | Pommes, bananes, poires, ananas, melons variée, prunes ,raisins, pêches, clémentines, orange, kiwis etc. | | | | |
| | Dessert : | Fruits en conserve variés, fruit frais variés, yogourt ou compote. | | | | |
| | Crudités : | Concombres, courgettes, tomates cerises ou champignons. | | | | |
| | Légumes du jour | Carotte jaune, carotte orange, haricots | | | | |

**En cas d'absence ponctuelle de la cuisinière, 2 menus sont possibles** : -soupe poulet, légumes et nouilles
-pizzas froides, crudités et fromage