

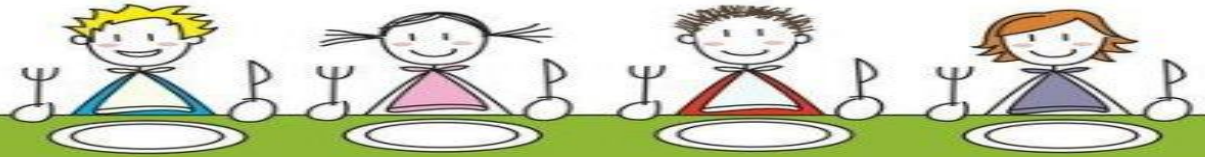


MENU été 2022

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Oranges Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> • Salade de haricots verts (huile, moutarde vinaigre, oignons et poivrons) • Tortellinis au fromage avec sauce rosée • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Bœuf Stroganov • Purée de pommes de terre et navet • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade grecque (concombres, tomates, feta, olives noires, huile, citron et origan) • Sandwichs pain de blé au thon (thon, mayonnaise, poivrons et échalotes vertes) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Doigts de poulet pané sauce BBQ • Riz pilaf et carottes • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade d'épinards (huile, sauce soya et ail) • Lasagne végétarienne (tomates, tofu, céleri, champignons, poivrons verts et fromage) • Lait
Collation de l'après-midi	Muffins aux pommes Lait	Yogourt aux pêches Eau	Céréales Cherrios Lait	Pain aux raisins Lait	Galettes au gruau Lait

Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes

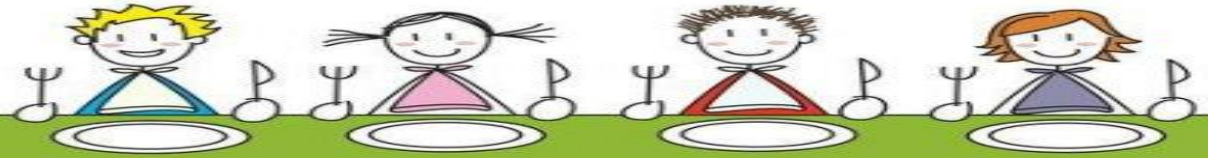
La moitié de nos produits céréaliers sont fait de blé entier



MENU été 2022

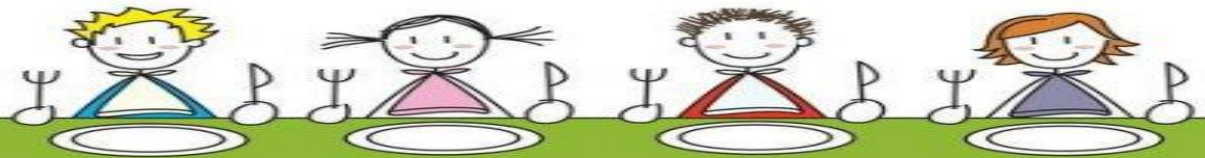
SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Oranges Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> • Vol-au-vent au saumon et légumes (céleri, oignons, carottes et petits pois) • Concombres • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Sous-marin au bœuf sauce BBQ (poivrons, champignons, oignons et fromage mozzarella) • Salade de chou • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Cubes de porc à la moutarde de Meaux • Coucous et haricots verts • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade du chef (iceberg, concombres, tomates et carottes) • Sandwichs au poulet (poulet, mayonnaise, poivrons et échalotes vertes) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Chili végétarien (tomates, oignons, fèves rouges, carottes, céleri, tofu et épices à chili) • Riz pilaf • Lait
Collation de l'après-midi	Compote de pommes et muffins anglais Lait	Croustade aux dattes Lait	Smoothie au tofu soyeux et fraises Eau	Biscuits aux pépites de chocolat Lait	Muffins au citron Lait

Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes
La moitié de nos produits céréaliers sont fait de blé entier



MENU été 2022

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau	Oranges Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> • Cruditée bâtonnets de courgette verte • Spaghetti italien (bœuf haché, poireau, poivrons, carottes, céleri et sauce chili) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade de carottes (jus d'orange, huile, épices à salade, ail et sucre) • Sandwichs au jambon • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza végétarienne (poivrons, tofu et champignons, brocoli) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade mesclun (huile, moutarde, vinaigre rouge, ail) • Quiche au saumon, épinards, carottes et fromage feta • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade californienne (poulet, cubes de fromage, concombres, ananas et mayonnaise) servie avec pointes de pita grecques grillées • Lait
Collation de l'après-midi	Mousse aux œufs et biscottes Lait	Hummus et biscuits soda au blé Lait	Muffins aux bananes Lait	Bagels multigrains et compote aux petits fruits Lait	Yogourt aux fraises Eau



MENU été 2022

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Oranges Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> • Crudités (choux fleur et brocoli) avec trempette au fromage cottage • Pâté chinois vitaminé (pommes de terre, bœuf, maïs, carottes, poivrons et lentilles) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Guédille au poulet (pain hot dog, poulet, salade romaine, céleri, tomates, mayonnaise et moutarde) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Filet d'aiglefin en sauce (fumet de poisson, roux et crème 35%) • Tortellinis faits de légumes (pois et choux fleur) • Brocoli • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade de maïs (poivrons, oignon verts, jus de citron, huile et sucre) ○ Sandwichs aux œufs • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Jambon à l'érable • Pommes de terre cuites au four et Haricots verts • Lait
Collation de l'après-midi	Galettes à la mélasse Lait	Compote de pommes et muffins anglais Lait	Smoothie au banane et chocolat Eau	Bagels aux raisins Lait	Céréales Cherrios Lait



MENU été 2022

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Oranges Eau	Pommes Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> • Salade d'épinards (huile, sauce soya et ail) • Omelette aux légumes (poivrons, champignons, céleri et échalotes vertes) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Potage de carottes • Burger au poulet et fromage (galette de poulet pané, mayonnaise, laitue et tomate) • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade d'orzo aux tomates, bocconcini et thon (huile, basilic et mayonnaise) • Pointes de pita • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Salade César avec croûtons de blé (câpres, huile, citron et parmesan) • Sandwichs au tofu • Lait 	<ul style="list-style-type: none"> • Pain de viande de tante Sally (bœuf haché, oignons, céleri, carottes, œuf et gruau) servi avec sauce tomate • Purée de pommes de terre et petits pois • Lait
Collation de l'après-midi	Hummus et Biscotte au blé Lait	Yogourt aux pêches Lait	Délices aux framboises Lait	Mousse aux œufs biscuits soda au blé Lait	Muffins aux courgettes Lait