

Menu été 2025

Semaine 1

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Fruits frais et lait	Fruits frais et lait	Bananes et boisson de soya au chocolat	Fruits frais et lait	Fruits frais et lait
Cubes de fromage	Concombre	Crudités	Salade verte et vinaigrette	Jus de légumes
Filets de poisson, sauce aux tomates et pesto Couscous et légumes	Macaroni de veau gratiné	Blanc de poulet à l'estragon Riz aux tomates et pois verts	Pâté de tofu BBQ Brocolis	Salade de fusilli et fromage
Salade de fruits et lait	Melon d'eau et lait	Poires en cube et lait	Yogourt, biscuits secs et lait	Fruits frais et lait
Tartinade du potager et craquelins	Sandwichs au wow butter et lait	Biscuits au quinoa et lait	Croustade aux pommes, bleuets et lait	Garniture aux œufs et pain pita

Semaine 2

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Fruits frais et lait	Fruits frais et lait	Bananes et galettes de riz	Fruits frais et lait	Fruits frais et lait
Jus de légumes	Crudités et trempette	Concombre	Cube de fromage	Salade verte et sa vinaigrette crémeuse
Boucle au saumon à l'aneth et aux brocolis	Roulés à la dinde et poivron	Pâté chinois au bœuf et riz Ketchup	Tofu à l'aigre doux Vermicelle de riz	Poulet, sauce salsa Guacamole et pointe de pita
Mandarines et lait	Fruits frais et lait	Melon d'eau et lait	Yogourt aux fruits et lait	Salade de fruits, biscuits secs et lait
Hummus au chocolat, biscuits Graham et lait	Barre chocolatée et lait	Tartinade de dattes sur pain de blé et lait	Pain aux bananes et lait	Yogourt glacé et céréales sèches

Semaine 3

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Fruits frais et lait	Fruits frais et lait	Bananes et boisson de soya au chocolat	Fruits frais et lait	Fruits frais et lait
Salade du chef	Jus de légumes	Crudités	Salade César	Concombre
Chili au tofu	Pavé de saumon, sauce teriyaki	Tartinade de poulet Pointe de pita	Spaghetti sauce à la viande	Casserole de pommes de terre rissolées, pois chiches et légumes
Couscous	Vermicelle de riz Haricots verts	Salade de fruits et lait	Fruits frais et lait	Yogourt, biscuits secs et lait
Pommes et biscuits Graham	Douceur chocolatée aux framboises et lait	Fromage et craquelins	Céréales sèches et lait	Galettes à la mélasse et lait

Semaine 4

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Fruits frais et lait	Fruits frais et lait	Bananes et biscuits Graham	Fruits frais et lait	Fruits frais et lait
Concombre	Salade romaine et cœur de palmier	Jus de légumes	Brocoli et trempette	Salade de carotte
Lasagne végétarienne	Vol-au-vent au poulet et légumes	Duo de salade; Céleri-rave et riz au thon	Pain au bœuf parmigiana Couscous et haricots jaunes	Gratin parmentier aux œufs
Yogourt aux fruits et lait	Abricots et lait	Melon d'eau et lait	Pêches en cube et lait	Salade de fruits et lait
Tartinade de tomate et basilic et galette de riz	Fromage et craquelins	Biscuits à la noix de coco et lait	Yogourt glacé et céréales sèches	Pain à la cannelle et lait