



Le menu de France et Nathalie

CPE L'AMIBULLE

ÉTÉ - Semaine 1



	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Plat principal	Chili végétarien Couscous moitié blé Poivrons de couleurs Fromage râpé	Salade d'épinards, fraises et avocats Sandwich pain brun aux œufs Cubes de fromage	Poulet sauce aux canneberges Riz brun Brocoli	Pâté chinois Mi-végétarien (bœuf et lentilles) Bettraves natures	Sauce au thon et légumes Macaroni de blé Salade du chef Vinaigrette Maison
Dessert	Fruit Lait	Yogourt Lait	Compote de pommes Lait	Carré au son et aux bananes Lait	Salade de fruits Lait
Collation					
Avant-midi	Fruit Lait	Fruit Lait	Fruit Lait	Fruit Lait	Fruit Lait
Après-midi	Beurre de soya Craquelin Triscuit faible en sodium Lait	Céréales Lait	Pain santé aux dattes Lait	Tortillas grillés Trempepette fiesta au tofu Lait	Galette au gruau et au germe de blé Lait

