

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Macaroni au fromage
(tomates, piments et oignons)

Accompagnement :

- Brocolis

Dessert :

- Poires
- Lait



Collation de l'après-midi

- Tortillas de blé et hummus
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Steak haché Salisbury
(oignons et sauce brune)

Accompagnement :

- Purée de pommes de terre
- Macédoine



Dessert :

- Gélatine aux fruits : _____
- Lait

Collation de l'après-midi

- Biscottes
- Fromage
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Porc hawaïen
(ananas, piments et oignons)

Accompagnement :

- Riz

Dessert :

- Salade de fruits (pêches, poires, ananas et cerises)
- Lait



Collation de l'après-midi

- Céréales
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Burritos (tomates, maïs, légumineuses, riz, poulet et fromage)

Accompagnement :

- Salsa aux concombres

Dessert :

- Compote de fruits : _____
- Lait



Collation de l'après-midi

- Barres aux abricots
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Divan au poulet
(champignons et brocolis)

Accompagnement :

- Carottes

Dessert :

- Yogourt varié
- Lait



Collation de l'après-midi

- Carrés aux dattes
- Lait