

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Sauté de poulet et légumes à la chinoise
(châtaigne d'eau, maïs, brocolis,
pois mange-tout, haricots verts et carottes)



Accompagnement :

Dessert :

- Gâteau blanc aux ananas et pépites de chocolat
- Lait

Collation de l'après-midi

- Tartine
- Confiture : _____
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Jambalaya
(tomates, piments et oignons)

Accompagnement :

- Choux de Bruxelles

Dessert :

- Yogourt varié
- Lait



Collation de l'après-midi

- Muffin anglais
- Fromage aux dattes
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Macaroni au tofu
(piments et oignons)

Accompagnement :

- Brocolis
- Choux-fleurs

Dessert :

- Compote de pommes
- Lait



Collation de l'après-midi

- Gâteau de zucchini
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Poisson et citron

Accompagnement :

- Salade de lentilles

Dessert :

- Pouding au riz
- Sirop
- Lait



Collation de l'après-midi

- Biscuits aux pommes
- Lait

Collation de l'avant-midi

- Fruits : _____

Dîner

Repas principal :

- Ragoût de boulettes de veau
(épinards, oignons et champignons)

Accompagnement :

- Purée de pommes de terre
- Navets et carottes



Dessert :

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

Collation de l'après-midi

- Pain aux raisins
- Lait