

Menus Hiver

Menu cyclique Semaine 1

Sem #1	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Soupe minestrone Pita grillé à l'huile et au tamari Fruits et lait	Barres granola maison Lait
Mardi	Fruits	Macaroni chinois au tofu Tomates Fruits et lait	Fromage en grain Fruits
Mercredi	Fruits	Bœuf haché aux légumes à la sauce tomates Chou-fleur Fruits et lait	Smoothies Bâtonnets de sésame
Jeudi	Fruits	Purée de pommes de terre et saumon Chouettes et Pinsons : Salade verte, pois et concombre Pouponnière : légumes Fruits et lait	Céréales Lait
Vendredi	Fruits	Ratatouille aux légumes sur couscous Fromage cheddar Fruits et lait	Tartines au beurre de miel Lait

Menu cyclique Semaine 2

Sem #	Collation am	Au menu	Collation pm
Lundi	Fruits	Crème de légumes Muffins au fromage Fruits et lait	Compote de pommes Germe de blé
Mardi	Fruits	Macaroni à la viande Bâtonnets de carottes Fruits et lait	Craquelins Breton Tartinade de pois chiches Jus de fruits
Mercredi	Fruits	Riz au saumon Brocoli Fruits et lait	Yogourt
Jeudi	Fruits	Bouilli de jambon aux légumes Pois verts Fruits et lait	Gâteau à l'orange et aux brisures de chocolat Lait
Vendredi	Fruits	Chili au tofu et aux légumes Tortillas grillés Fruits et lait	Biscuits à la mélasse Lait

Menu cyclique Semaine 3

Sem #3	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Soupe aux nouilles et aux tomates Craquelin et tartinade de tofu Fruits et lait	Muffins aux fruits Lait
Mardi	Fruits	Pain de légumineuses (fèves rouges) Sauce tomate Macédoine Fruits et lait	Tartines de framboises Lait
Mercredi	Fruits	Linguine au saumon Chouettes et Pinsons : Salade de légumes Pouponnière : Légumes Fruits et lait	Concombre Fromage cheddar Jus de légumes
Jeudi	Fruits	Sauce au veau et légumes Riz au curcuma Fruits et lait	Biscuits à l'avoine Lait
Vendredi	Fruits	Pommes de terre en sauce blanche Salade d'épinard et bacon Pouponnière : légumes Fruits et lait	Bâton Type "Grissol" Fromage mozzarella Jus de fruits

Menu cyclique Semaine 4

Sem #4	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Soupe riz et lentilles Pain de blé entier Fruits et lait	Carré aux dattes Lait
Mardi	Fruits	Lasagne aux légumes Chouettes et Pinsons : Salade de laitue Pouponnière : Légumes Fruits et lait	Yogourt
Mercredi	Fruits	Pâté chinois Concombre Fruits et lait	Légumes blanchis Trempelette
Jeudi	Fruits	Poisson sauce blanche et patates Chouettes et Pinsons : Salade de carottes et pommes Pouponnière : légumes Fruits et lait	Galette de riz Tartinade végé Jus de légumes
Vendredi	Fruits	Omelette aux pommes de terre et fromage Chouettes et Pinsons : Salade de chou, chou-fleur, panais Pouponnière : Légumes Fruits et lait	Pouding au pain et aux pommes Lait

Menu cyclique Semaine 5

Sem #5	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Soupe à l'orge et au bœuf Biscuits Breton Fruits et lait	Gâteau-pain aux fruits Lait
Mardi	Fruits	Spaghetti aux lentilles Maïs en grain Fruits et lait	Tortillas et fromage Philadelphia Jus de fruits
Mercredi	Fruits	Divan aux œufs Jus de légumes Tomates et concombre Fruits et lait	Croustade aux pommes Lait
Jeudi	Fruits	Sauce au poulet Betteraves Fruits et lait	Délice aux pêches au yogourt Céréales
Vendredi	Fruits	Croquette de poisson au four Chouettes et Pinsons : Salade de fusillis- tomates- chou-fleur Pouponnière : Légumes Fruits et lait	Galette de riz Purée de pommes

Menu cyclique Semaine 6

Sem #6	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Tourtière de millet Sauce tomate Macédoine de légumes Fruits et lait	Biscuits aux brisures de chocolat Lait
Mardi	Fruits	Rotini au tofu et aux tomates Bâtonnets de carottes Fruits et lait	Craquelins Tartinade végétarienne Jus de fruits
Mercredi	Fruits	Vermicelle de riz au poulet Brocolis Fruits et lait	Gâteau aux carottes Lait
Jeudi	Fruits	Poisson à la chapelure au four Riz Pilaf Jus de légumes Fruits et lait	Purée de fruits Germe de blé
Vendredi	Fruits	Soupe aux pois cassés et à l'orge Pain de blé en baguette Fruits et lait	Muffins aux fruits Lait

Menus Été

Menu cyclique d'été Semaine 1

Sem #1	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Macaroni au maïs et fromage Tofu grillés + Jus de légumes Fruits et lait	Compote de fruits et germe de blé
Mardi	Fruits	Millet aux légumes et dinde haché Salade de fraises et concombres Fruits et lait	Fromage en grain Fruits
Mercredi	Fruits	Salade de pommes de terre, Haricots verts et bacon tomates Fruits et lait	Bâtonnets glacés
Jeudi	Fruits	Saumon au four- trempette Salade de riz et légumes Fruits et lait	Sorbet
Vendredi	Fruits	Bœuf haché- sauce tomate Légumes grillés Fruits et lait	Tartines au beurre de soya

Menu cyclique d'été Semaine 2

Sem #	Collation am	Au menu	Collation pm
Lundi	Fruits	Crème de légumes jaunes Muffins au maïs Fruits et lait	Confiture de fraises sur galettes de riz
Mardi	Fruits	Spaghetti à la viande Concombres Fruits et lait	Lait au chocolat Framboises congelés
Mercredi	Fruits	Pain de pois chiche- sauce tomate Macédoine Fruits et lait	Barres tendres Lait
Jeudi	Fruits	Pita à la dinde Légumes blanchis et trempette Fruits et lait	Tofu soyeux aux fruits
Vendredi	Fruits	Croquettes végé Salade de vermicelle de riz Fruits et lait	Bâtonnets glacés

Menu cyclique d'été Semaine 3

Sem #3	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Chili au soya Pita grillé au tamari Fruits et lait	Crème aux fruits
Mardi	Fruits	Fettuchini au poulet Salade laitue, tomates, concombres Pouponnière : Fettuchini au poulet, tomates et concombres Fruits et lait	Carrés aux fruits etavoine Lait
Mercredi	Fruits	Crème de légumes verts Sandwich au jambon Fruits et lait	Yogourt Aux petits fruits
Jeudi	Fruits	Salade de fusillis aux légumes et tofu Craquelins avec fromage à la crème Fruits et lait	Trempette de légumes
Vendredi	Fruits	Quiche au bacon Salade de légumes racine Pouponnière : Quiche au bacon et légumes Fruits et lait	Bâtonnets glacés

Menu cyclique d'été Semaine 4

Sem #4	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	<p align="center">Riz aux lentilles et fromage Bâtons «Grissol» Pouponnière : Riz aux lentilles et fromage + craquelins Fruits et lait</p>	<p align="center">Carré aux pommes Lait</p>
Mardi	Fruits	<p align="center">Spaghetti au tofu et tomates Salade verte Pouponnière : Spaghetti au tofu et tomates + légumes Fruits et lait</p>	<p align="center">Fromage cheddar Fruits</p>
Mercredi	Fruits	<p align="center">Chop suey à la viande Nouilles frites et tomates Fruits et lait</p>	<p align="center">Smoothies aux fruits céréales</p>
Jeudi	Fruits	<p align="center">Poisson et brocoli Salade de carottes et poires Pouponnière : Poisson et brocoli + légumes Fruits et lait</p>	<p align="center">Concombres craquelins Jus de légumes</p>
Vendredi	Fruits	<p align="center">Omelette au fromage Salade de légumes Fruits et lait</p>	<p align="center">Sorbet</p>

Menu cyclique d'été Semaine 5

Sem #5	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Riz frit au veau Carottes Fruits et lait	Bâtonnets glacés
Mardi	Fruits	Salade de poulet à la mexicaine Tomates et asperges Fruits et lait	Crème au fromage et aux fruits
Mercredi	Fruits	Bagel au fromage à la crème Salade de couscous Fruits et lait	Pouding aux fruits Lait
Jeudi	Fruits	Lasagne au saumon Salade de concombre, laitue Boston, panais et radis Pouponnière : Lasagne au saumon et légumes Fruits et lait	Pita et fromage Jus de légumes
Vendredi	Fruits	Œufs cuits durs- pain de blé entier Jus de légumes- légumes blanchis- trempette Fruits et lait	Yogourt

Menu cyclique d'été Semaine 6

Sem #6	Collation AM	Dîner	Collation PM
Lundi	Fruits	Poisson aux petits légumes Riz brun Fruits et lait	Carrés aux fruits Lait
Mardi	Fruits	Rotini au bœuf Chou-fleur Fruits et lait	Fromage cheddar Fruits
Mercredi	Fruits	Salade de jambon- pommes de terre- pois Haricots verts et jus de légumes Fruits et lait	Smooties Bâtonnets «Grissol»
Jeudi	Fruits	Salade de couscous Tortillas avec fromage à la crème Fruits et lait	Sorbet Avoine grillé
Vendredi	Fruits	Vermicelle de riz à la viande Brocoli Fruits et lait	Bâtonnets glacés