



**Menu de l'Installation**

**1ère semaine**

**(Menu automne-hiver)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | LUNDI | MARDI | **MERCREDI** | JEUDI | VENDREDI |
| **COLLATION**  **Avant-midi** | Céréales + lait | Pomme + trempette | Velours aux pêches et granola | Yogourt à boire | Lait de soya + fruits |
| DÎNER **LAIT**220px-Milk_glass[1] | Nouilles au cottage, œuf et épinards  Légumes  Fruits | Poulet à l’oriental  Vermicelles de riz brun/ Légumes  Fruits | Riz au saumon gratiné  Légumes  Fruits | Pâté mexicain  Légumes  Compote de pommes et bleuets | Mini-pizza aux haricots rouges  Salade césar  Mousse aux fruits |
| **COLLATION**  **Après-midi**  **EAU**  Eau--verre-d-eau-[1] | Tartinade de thon / Ryvita  Résultats de recherche d'images pour « tartinade au thon » | Muffin aux fruits + lait  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â muffins aux fruitsÂ Â» | Carrés aux poires + lait  Résultats de recherche d'images pour « poires » | Tartinade ensoleillée + Triscuit  Résultats de recherche d'images pour « trempette mexicaine » | Biscuit beurre de soya  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â biscuit beurre de soyaÂ Â» |





**Menu de l'Installation**

**2ième semaine**

**(Menu automne-hiver)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | LUNDI | MARDI | **MERCREDI** | JEUDI | VENDREDI |
| **COLLATION**  **Avant-midi** | Yogourt et granola | Pain de blé entier au beurre de soya + lait | Céréales + lait | Délice aux flocons d’avoine et framboises | Pain son et bananes + lait |
| **DÎNER**  **Lait**  220px-Milk_glass[1] | Bœuf à l’indienne  Riz brun  Légumes  Fruits | Quiche croûte tortillas aux légumes  Salade verte  Croustade aux fruits | Tajine trésor du désert (tofu + pois chiches)  Coucous de blé entier / Légumes  Douceur aux pêches | Pâté au saumon gratiné  Légumes  Carré aux dattes | Fusilli au poulet  Salade de carottes  Salade de fruits |
| **COLLATION** Après-midi **Eau**  Eau--verre-d-eau-[1] | Gâteau aux carottes et ananas + lait  Résultats de recherche d'images pour « pain aux carottes » | Crudités + trempette aux épinards  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â trempette aux Ã©pinardsÂ Â» | Tartinade de poulet fruitée + muffin anglais de blé entier  C:\Users\lgaudreault\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\14F89E55.tmp | Trempette mexicaine + pitas de blé entier  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â carrÃ©s aux dattesÂ Â» | Fromage et méli-mélo  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â fromageÂ Â» |





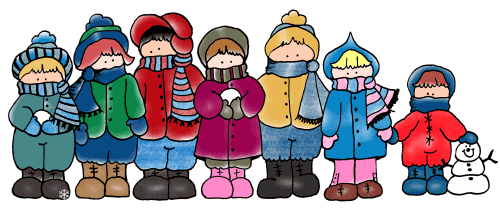
**Menu de l'Installation**

**3ième semaine**

**(Menu automne-hiver)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | LUNDI | MARDI | **MERCREDI** | JEUDI | VENDREDI |
| **COLLATION**  **Avant-midi** | Yogourt à boire | Céréales + lait | Compote de pomme et granola | Fruits + lait | Tartinade de blé entier au beurre de soya + lait |
| **DÎNER**  **Lait**  220px-Milk_glass[1] | Lasagne au tofu  Légumes  Fruits | Poisson à la créole  Quinoa de légumes/ Légumes  Carrés aux fraises | Poulet à la Queen  Riz 7 grains  Légumes  Fruits | Couscous marocain  Tr. de pain de blé/fromage  Mousse aux fruits | Boulettes fruitées au bœuf et tofu  Pomme de terre en purée  Légumes  Barre au yogourt |
| **COLLATION** Après-midi **Eau**  Eau--verre-d-eau-[1] | Biscuits aux canneberges + lait  Résultats de recherche d'images pour « pain à l'orange » | Fruits et trempette  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â pommesÂ Â» | Hummus de betteraves / craquelins  C:\Users\lgaudreault\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\76B8782B.tmp | Potage aux légumes + Triscuits  C:\Users\lgaudreault\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\314E347C.tmp | ½ œuf à la coque, légumes  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â oeuf Ã  la coqueÂ Â» |





**Menu de l'Installation**

**4ième semaine**

**(Menu automne-hiver)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | LUNDI | MARDI | **MERCREDI** | JEUDI | VENDREDI |
| **COLLATION**  **Avant-midi** | Bananes + lait | Délice aux flocons d’avoine et bleuets | Yogourt et granola | Céréales + lait | Muffin anglais / creton + lait |
| **DÎNER**  **Lait**  220px-Milk_glass[1] | Crumble au poulet  Nouilles aux fines herbes  Légumes  Crème aux framboises | Chili végétarien à la courge  Couscous de blé entier / fromage  Salade de fruits | Porc à l’ananas  Riz brun / Légumes  Compote de pomme et fraise | Divan aux œufs  Salade sud-ouest  Fruits | Casserole de thon  Salade de chou  Biscuits choco-rico |
| **COLLATION** Après-midi **Eau**  Eau--verre-d-eau-[1] | Hummus + Tortillas de blé entier  Résultats de recherche d'images pour « Hummus » | Gâteau à la compote de pomme + lait  C:\Users\lgaudreault\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\D1782E71.tmp | Barre tendre + lait  Résultats de recherche d'images pour « barres tendres maison » | Tartinade d’haricots et olives + Pitas de blé entier  Résultats de recherche d'images pour « tartinade aux haricots » | Fruits et fromage  RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â pommeÂ Â» |

*P:\Gestion des Installations\Menus\Menus MTP\Menu automne-hiver 2019-2020 (80 places).docx*