

## Centre de la Petite Enfance Kateri - Installation 2 Menu

Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4
		31 OCTOBRE	7 NOVEMBRE
14 NOVEMBRE	21 NOVEMBRE	28 NOVEMBRE	5 DECEMBRE
12 DECEMBRE	19 DECEMBRE	2 JANVIER	9 JANVIER
16 JANVIER	23 JANVIER	30 JANVIER	6 FEVRIER
13 FEVRIER	20 FEVRIER	27 FEVRIER	6 MARS
13 MARS	20 MARS	27 MARS	3 AVRIL
10 AVRIL	17 AVRIL	24 AVRIL	

## Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation AM</b>	Fruit de saison Lait	Fruit de saison Lait	Fruit de saison Fromage	Son d'avoine Lait	Pomme Beurre de soya
<b>Dîner</b>	Quiches aux légumes et fromage  Légume de saison  Yogourt aux fraises  Lait	Pain de poulet et canneberges Purée de pomme de terre  Légume de saison  Sorbet aux petits fruits  Lait	Soupe bœuf et orge  Pain de maïs  Cornet de crème glacée  Lait	Pains au thon  Salade de maïs  Fruit  Lait	Macaroni au fromage  Légume de saison  Compote de pommes et poires  Lait
<b>Collation PM</b>	Pain aux courgettes et raisins secs Lait	Tartinade de tofu et biscuits breton	Biscuits aux bleuets Lait	Muffins au fromage et épinards Lait	Boules d'énergie Lait

## Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation AM</b>	Mini-wheat Lait	Fruit de saison Fromage	Fruit de saison Lait	Fruit de saison Lait	Fruit de saison Lait
<b>Dîner</b>	Poulet d'Alibaba (miel/cannelle)  Couscous aux raisins secs  Haricots verts  Fruits Lait	Filets de poisson tex-mex  Orge crémeux Légume de saison  Mille-feuille aux framboises Lait	Pennes aux lentilles gratinés  Légumes de saison  Pain perdu Lait	Pain de viande aux pêches Riz Légume de saison  Compote de pommes  Lait	Potage aux légumes  Pains au tofu  Cornet de yogourt glacé  Lait
<b>Collation PM</b>	Muffins poire et chocolat Lait	Galettes à la mélasse Lait	Fruits et trempette	Pain aux raisins Lait	Hummus et biscuits sodas

## Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation AM</b>	Pomme Beurre de soya	Cheerios multi-grains Lait	Fruit de saison Lait	Smoothie aux fruits Biscuits secs	Fruit de saison Lait
<b>Dîner</b>	Croquettes de saumon  Couscous  Betteraves  Gelée à la mangue  Lait	Tofu à l'asiatique Vermicelle de riz  Brocolis  Éclats de yogourt glacé  Lait	Pizzas aux œufs  Salade de carottes et raisins secs  Compote de pommes et fraises  Lait	Soupe au poulet, nouilles et légumes  Pain de blé  Yogourt à la vanille  Lait	Pâté chinois  Légume de saison  Croustade pommes et pêches
<b>Collation PM</b>	Barre tendre Lait	Carrés chocolatés Lait	Pain aux canneberges et orange Lait	Mousse au saumon Craquelins	Crudités Fromage

## Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation AM</b>	Fruit de saison Lait	Fruits de saison Lait	Shreddies Lait	Fruit de saison Lait	Fruit de saison Fromage
<b>Dîner</b>	Tortellinis au fromage, sauce rosée  Légume de saison  Compote de pommes et mangues  Lait	Boulette aigre-douce  Purée de pomme de terre  Haricots  Mandarines Lait	Poisson en sauce tomates et épinards  Pâtes au pesto  Betteraves  Carrés aux pommes Lait	Étagé à la mexicaine (chili végétarien)  Légume de saison  Yogourt aux pêches  Lait	Poulet au beurre  Couscous  Légume de saison  Sorbet framboise et banane Lait
<b>Collation PM</b>	Pain aux raisins Lait	Popsicle aux fruits maison Biscuits secs	Fruits Fromage	Muffins aux bananes Lait	Biscuits canneberges et chocolat Lait

De l'eau est servie à volonté aux enfants.

Lait servi : 2% ou 3,25% selon l'âge des enfants.

Les produits céréaliers offerts contiennent au minimum 50 % de grains entiers.

Ce menu a été réalisé par: Mélanie Collette