



Menu

Semaine du 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
Diner	Poulet et pommes de terre braisés à la hongroise.	Sauté de tempeh à la japonaise sur vermicelles.	Frittata au fromage et salade verte.	Chili de lentilles, riz et garniture fraîche.	Tarte au thon. Et salade de choux.
Collation PM	Gâteau citron-coco aux graines de lin.	Galettes d'avoine et chia à la courge spaghetti et à l'orange.	Pouding de tapioca au fruit et graines de chanvre.	Muffin aux fruits	Pain pomme et cheddar

Du lait 2% est servi au diner, le reste de la journée de l'eau est servi à volonté

Les fruits et repas peuvent changer selon les arrivages de produits frais, le menu sera donc ajusté en conséquence