



Menu Automne Hiver



	LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENDREDI	
COLLATION	FRUIT	LAIT	FRUIT	LAIT DE SOYA	SMOOTHIE	FRUIT	LAIT	FRUIT	LAIT
PLAT PRINCIPAL	MACARONI VÉGÉTARIEN AVEC PROTÉINE DE SOYA (protéine de soya, céleris, carottes, oignons, poivrons rouges et verts)		CRÉATION DU CHEF		PORC AU CHOU, TOMATES ET RIZ (porc haché, choux, tomates, oignons, carottes et riz)	PÂTÉ CHINOIS AU BŒUF ET AU TOFU (bœuf haché, maïs, patates et tofu)		SANDWICH AUX OEUFS (œufs, mayonnaise et échalotes) Fromage en cube	
	CRUDITÉ Brocolis				CRUDITÉS Poivrons, concombres	CRUDITÉ Concombres		CRUDITÉS Carottes et choux-fleurs	
	LAIT		LAIT		LAIT - PAIN	LAIT		LAIT	
DESSERT	FRUIT		Salade de fruits		FRUIT	Gelée aux fruits		FRUIT	
COLLATION	Galette de riz assaisonnée et creton aux lentilles		Fromage et craquelins		Barre tendre maison	Muffin à l'avoine et raisins		Yogourt et granola	

PROTÉINE DE SOYA

PORC

BŒUF ET TOFU

OEUF