



# Menu multisaïson 1 - Semaine du 4 au 8 novembre 2024

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Muffins aux bleuets Lait	Céréales Lait	Pain aux bananes et caroube Lait	Sushi aux bananes Lait	Smoothies
<b>Repas</b>	Merlu à l'italienne Couscous Brocoli et chou-fleur	Poulet à la sauce tomate Orge pilaf Pois verts	Côtelettes de porc BBQ Riz aux légumes Carottes et panais sucrés	Macaroni à la mexicaine Salade de carottes	Omelette aux épinards Pommes de terre à la grecque Carottes
	Barres au yogourt	Pêches	Salade de fruits	Sorbet maison	Gâteau à la mélasse
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Collation P.M.</b>	Biscottes Fromage à la crème	Fruits Lait	Fruits Trempeïte au yogourt	Crudités Trempeïte au fromage	Lait et méli-mélo (pains, muffins et biscuits)

# Menu multisaïson 2- Semaine du 11 au 15 novembre 2024



**Collation A.M.**

**Repas**

**Collation P.M.**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Gruau aux petits fruits Lait	Smoothies	Muffins aux framboises Lait	Pain aux dattes Lait	Barres granola Lait
<b>Repas</b>	Poulet à la chinoise Couscous Brocolis	Porc bourguignon Salade de quinoa Concombres	Spaghetti sauce Végétarienne au tofu et aux légumineuses Salade César	Soupe aux légumes « Mc Muffin » œuf, jambon et fromage	Casserole de thon et pommes de terre Salade de tomates
	Compote de fruits	Croustade aux pommes	Crème glacée	Poires	Gâteau aux carottes
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Collation P.M.</b>	Biscuits aux bananes Lait	Triscuit Hummus	Fruits Craquelins	Fruits Lait	Fruits Trempelette au yogourt

# Menu multisaïson 3- Semaine du 18 au 22 novembre 2024



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Smoothies	Céréales Lait	Galettes blanches Lait	Pain aux bleuets Lait	Muffins aux carottes Lait
<b>Repas</b>	Saucisses du printemps Purée de patates, carottes et navets Concombres  Sorbet maison	Boulettes de bœuf haché et ananas Riz Salade française  Compote de pommes	Crème de légumes Croissants de blé au poulet  Pêches	Nouilles chinoises au tofu Crudités  Yogourt Biscuits	Pâté au saumon sans pâte Tranche de pain de blé Salade de chou  Gâteau au gruau
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Collation P.M.</b>	Fruits Trempelette au yogourt	Tostitos maison Trempelette aux haricots blancs	Fruits Bagel de blé entier	Fruits Lait	Biscottes Fromage à la crème



# Menu multisaïson 4- Semaine du 25 au 29 novembre 2024

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Barres aux courgettes Lait	Galettes aux bananes Yogourt	Muffins aux pommes et à la mélasse Lait	Smoothies	Gruau aux petits fruits Lait
<b>Repas</b>	Émincé de poulet Couscous Carottes et piments  Poirs	Pennes gratinées Salade César  Salade de fruits	Omelette au fromage et brocoli $\frac{1}{2}$ Bagel de blé entier Salade de légumineuses  Compote de pommes	Pâté chinois au bœuf et aux lentilles Betteraves  Biscuits au gruau	Pain de jambon Riz Bâtonnets de légumes (navets, rabioles et carottes)  Carrés aux dattes
<b>Collation P.M.</b>	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
	Fruits Trempelette au yogourt	Fruits Lait	Fruits Biscuits thé social	Crudités Hummus	Fromage Raisins

*Céline Legault, responsable en alimentation*

# Menu multisaïson 5- Semaine du 2 au 6 décembre 2024



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Smoothies	Céréales Lait	Gâteau aux bananes Lait	Muffins aux fraises et aux canneberges Lait	Pain aux pêches Lait
<b>Repas</b>	Croquettes de poisson maison Riz Carottes et fèves Sauce tartare  Compote de fruits Biscuits  Lait	Soupe à l'orge Sandwich au jambon  Pêches  Lait	Pain de viande aux tomates Pommes de terre pilées Concombres  Croustade aux framboises  Lait	Filet de porc au sirop d'érable Salade de couscous Chou-fleur  Sucettes glacées au yogourt  Lait	Spaghetti chinois au poulet Galettes de légumes  Carrés aux rice krispies  Lait
<b>Collation P.M.</b>	Fruits Trempelette au yogourt	Crudités Trempelette au fromage	Œuf à la coque Jus de légumes	Confiture de fruits Pain Melba	Fruits Lait

*Céline Legault, responsable en alimentation*

# Menu multisaïson 6- Semaine du 9 au 13 décembre 2024



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation A.M.</b>	Biscuits aux carottes Lait	Smoothies	Muffins aux bananes et à la mélasse Lait	Gruau aux petits fruits Lait	Pain aux courgettes Lait
<b>Repas</b>	Porc à la chinoise Riz Salade de brocoli et chou-fleur  « Pops » au yogourt  Lait	Bœuf haché en sauce Pommes de terre pilées Maïs en grain Salade de chou  Paires  Lait	Poulet en casserole Couscous Macédoine de légumes (navets, rabioles et carottes)  Brownies santé au tofu  Lait	Macaroni au thon Salade jardinière  Sorbet maison  Lait	Jus de légumes Tortilla aux œufs et aux légumes Salade d'orzo  Galettes à l'avoine  Lait
<b>Collation P.M.</b>	Tostitos maison Trempelette aux épinards	Crudités Trempelette au yogourt	Fruits Fromage	Yogourt Biscuits	Fruits Lait

*Céline Legault, responsable en alimentation*