

## Menu Hiver-Printemps - Semaine 1

<b>Semaine 1</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation A.M.</b>	Assiette de fruits  Lait	Pommes & oranges  Lait	Yogourt aux fruits	Purée de pommes & pêches  Lait	Céréales Multi-grain  Lait
<b>Repas</b>	Sole au four  Riz au curcuma  Légumes assortis  Lait	Pâté chinois au tofu  Pain de blé  Lait	Bœuf braisé à la Marocaine  Couscous de blé  Carottes  Lait	Pennines sauce crémeuse aux poulets  Tomates cerises  Lait	Soupe aux légumes  Œufs à la coque  Lait
<b>Dessert</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>
<b>Collation P.M.</b>	Pain & tartinade au chocolat  Lait	Craquelins & beurre de soya  Lait	Melons & raisins  Lait	Biscuits aux zucchinis  Lait	Fruits & fromage

## Menu Hiver-Printemps - Semaine 2

<b>Semaine 2</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation A.M.</b>	Fruits assortis <i>Lait</i>	Céréales multigrains <i>Lait</i>	Purée de fruits <i>Lait</i>	Yogourt aux framboises	Smoothie aux fraises & biscuits
<b>Repas</b>	Chili aux légumes  Pita grillée  Concombres  <i>Lait</i>	Casserole de poulet  Riz  Légumes racines  <i>Lait</i>	Sauté de porc  Pâtes aux herbes  Pois verts  <i>Lait</i>	Étagé de saumon aux légumes  Pain de blé  <i>Lait</i>	Omelette aux épinards  Salade de couscous  <i>Lait</i>
<b>Dessert</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>
<b>Collation P.M.</b>	Carré aux dattes  <i>Lait</i>	Pommes & canneberges  <i>Lait</i>	Muffins Anglais & fromage à la crème	Pommes & raisins  <i>Lait</i>	Muffins aux carottes  <i>Lait</i>

## Menu Hiver-Printemps - Semaine 3

<b>Semaine 3</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation A.M.</b>	Fruits assortis  Lait	Purée de poires  Lait	Yogourt aux fruits	Boî de céréales  Lait	Melons & raisins  Lait
<b>Repas</b>	Pain de viande au porc  Couscous  Légumes verts  Lait	Omelette aux tomates  Pain de blé  Légumes assortis  Lait	Poulet à la King  Croustons à l'ail  Salade de céleri rave  Lait	Saumon aux légumes  Riz blanc  Brocolis  Lait	Macaronis sauce à la viande  Salade César  Lait
<b>Dessert</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>
<b>Collation P.M.</b>	Pain aux bananes  Lait	Muffins aux fruits  Lait	Bananes  Lait	Biscuits À l'orange & chocolat  Lait	Galette de riz & beurre de soya  Lait

## Menu Hiver-Printemps - Semaine 4

<b>Semaine 4</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation A.M.</b>	<i>Tapioca</i>	<i>Compote de fruits</i>  <i>Lait</i>	<i>Salade De fruits</i>  <i>Lait</i>	<i>Smoothie &amp; biscuits</i>	<i>Pommes &amp; fromage</i>
<b>Repas</b>	<i>Quiche aux brocolis</i>  <i>Salade du marché</i>  <i>Lait</i>	<i>Pizza au thon</i>  <i>Salade de légumes</i>  <i>Lait</i>	<i>Bœuf aux légumes</i>  <i>Pommes de terre grillées</i>  <i>Lait</i>	<i>Poulet</i>  <i>Riz parfumé</i>  <i>Haricots</i>  <i>Lait</i>	<i>Croquettes de tofu</i>  <i>Sauce au yogourt</i>  <i>Concombres &amp; tomates</i>  <i>Lait</i>
<b>Dessert</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>	<b>Fruits frais</b>
<b>Collation P.M.</b>	<i>Pain aux poires</i>  <i>Lait</i>	<i>Ananas &amp; raisins</i>  <i>Lait</i>	<i>Céréales à croquer</i>  <i>Lait</i>	<i>Muffin aux agrumes</i>  <i>Lait</i>	<i>Bananes &amp; fruits séchés</i>  <i>Lait</i>