

Menu Automne - Semaine 1

Semaine 1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Ananas & cantaloups Lait	Compote de pommes aux légumes Lait	Banane & orange Lait	Salade de fruits Lait	Crème de blé
Repas	Poulet chasseur Couscous Carottes Lait	Potage de chou-fleur Pain de blé Tartinade de fromage aux tomates séchées Lait	Bœuf aux légumes Riz pilaf haricots verts et jaunes Lait	Tortellinis au fromage sauce au thon Salade de légumes Lait	Œuf au plat Pain de blé Salade d'épinards aux patates douces Lait
Dessert	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
Collation P.M.	Pain & confiture aux fruits Lait	Galette aux épices Lait	Céréales à croquer Lait	Pain aux framboises citron Lait	Assiette de fruits & biscuits Lait

Menu Automne - Semaine 2

Semaine 2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Compote de pêches - orange Lait	Fruits de saison Lait	Lait fraises bananes Céréales à croquer	Yogourt à la vanille	Salade de fruits biscuits Lait
Repas	Poulet aux courges Couscous Légumes à l'ail Lait	Soupe de fèves blanches Pain de blé Tartinade à l'avocat Lait	Lasagne au porc Salade du chef Lait	Poisson grillé Riz aux herbes Carottes & panais Lait	Omelette aux légumes Pommes de terre grillées Salade Romaine & dattes Lait
Dessert	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
Collation P.M.	Croustade aux bleuets Lait	Muffins aux poires Lait	Pommes et Fromage	Fruits Trempe au chocolat Lait	Beurre à la courges et muffin Anglais Lait

Menu Automne - Semaine 3

Semaine 3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Fruits et Fromage	Compote de pommes Lait	Fruits variés Lait	Melons et Raisins Lait	Lait frappé aux fruits et Biscuits
Repas	Poulet aigre doux Vermicelles de riz Chou-fleur & brocolis Lait	Wrap aux œufs & fromage Salade de concombres Lait	Soupe aux lentilles Muffin au cheddar Lait	Pâtes sauce Alfredo au saumon Légumes du marché Lait	Boulettes de bœuf porc-épic Macédoine Lait
Dessert	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
Collation P.M.	Pommes et mélange du randonneur Lait	Bol de céréales	Biscuits au beurre de soya Lait	Crudités & trempette Jus de légumes	Muffins à la citrouille Lait

Menu Automne - Semaine 4

Semaine 4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M.	Gruau pommes cannelle	Galette de riz Monsieur- Madame Lait	Bananes Lait	Compote de pommes et cerises Lait	Assiette de fruits Lait
Repas	Croquettes de sole Sauce citron Pomme de terre purée Brocolis Lait	Macaronis au tofu sauce rosée Salade de carottes & canneberges Lait	Lanières de porc aux pêches Riz Basmati Pois verts & maïs Lait	Potage à la citrouille Œuf cuit dur Pain de blé Lait	Sauté de poulet aux légumes Vermicelles de riz Chou-fleur Lait
Dessert	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
Collation P.M.	Pain aux courges & orange Lait	Melons assortis & biscuits Lait	Biscuits à la mélasse Lait	Tapioca au chocolat	Bagel et Fromage à la crème