

**Hiver 2018-2019**  
**Les petits délices de la Semaine 3**

	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>Collation A.M</b>	Panier de fruits	Compote de pommes	Salade de fruits	Apricots	Panier de fruits
	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%
<b>Repas principal</b>	Pavé Neptune Saumon Carotte-navet	Couscous mi-végé Pois chiches-poulet	Pain viande traditionnel	Boucles florentine Au tofu	Poulet Thai
	Sauce béchamel	Légumes	Purée pomme de terre Salade de choux	Œuf-fromage	Riz Légume
	Fruits Lait 2% ou 3,25%	Yogourt Bleuets Lait 2% ou 3,25%	Fruits Lait 2% ou 3,25%	Fruits Lait 2% ou 3,25%	Biscuit Poire Lait 2% ou 3,25%
<b>Collation P.M</b>	Pomme-fromage	Darouble	Flautas Pois chiches tortillas	Mousse Fraise et tofu	Hummus crudités
	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%	Lait 2% ou 3,25%
<b>Déjeuner</b>	Lait, pain rôti, fromage, confiture maison, céréale, pain et muffins maison, yogourt Servi entre 7 h et 7 h30, au coût de 2\$				

L'eau est offerte en tout temps à volonté

\*Les fruits et légumes offerts sont sujets à changement selon la disponibilité du jour ou de la saison

Une alternative est offerte aux enfants ayant des allergies alimentaires

Ce menu a été révisé par L'équipe saine nutrition de  
l'AQCPE