

Les petits délices de la Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M	Fruits et cottage	Céréales	Fruits	Fruits	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%
Repas principal	Soupe paysanne avec pains briochés (Légumes du moment et tofu)	Pâté chinois au porc et bœuf accompagné de betteraves en cubes	Petit poisson en croûte Panko servi avec salade libanaise	Pennine au poulet et champignons avec légumes de moment	Chili végétarien accompagné de mini-naan
	Fruits	Compote de fruits	Yogourt	Pouding tapioca	Yogourt
Collation P.M	Muffin aux pommes	Crudités et trempette rosée	Brownies à la betterave	Raisins et fromage	Galettes aux bananes
	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 %
Déjeuners	Lait, pain rôti, fromage, confiture maison, céréale, muffins et pains maison, yogourt - Servi entre 7 h et 7 h30 à la demande du parent, au coût de 2\$				

L'eau est offerte 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.

Les petits délices de la Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M	Fruits et cottage	Bananes en pyjama (Banane, beurre de soja et tortilla)	Fruits	Céréales	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 %
Repas principal	Soupe à l'orge, bœuf et légumes servi avec craquelins	Macaroni chinois au poulet et légumes	Parmentier de saumon accompagné d'une salade de concombres	Tofu teriyaki servi avec riz et brocolis	Pizza végétarienne à la sauce tomate et haricots blancs accompagnée d'une salade de carottes
	Fruits	Compote aux fruits	Yogourt	Fruits	Pouding au riz
Collation P.M	Muffin aux carottes	Smoothie aux bananes, yogourt et fruits servi avec biscuits Graham	Houmous classique et breton	Pomme et fromage	Galettes à la mélasse
	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 %
Déjeuners	Lait, pain rôti, fromage, confiture maison, céréale, muffins et pains maison, yogourt			-Servi entre 7 h et 7 h30 à la demande du parent, au coût de 2\$	

L'eau est offerte 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.

Les petits délices de la Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M	Parfait aux fruits	Fruits	Gruau	Fruits	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 %
Repas principal	Chaudrée de poisson et petits pains briochés	Casserole de porc au choux accompagné de riz blanc Et légumes du moment	Croquettes de quinoa servi avec sauce au yogourt et salade de tomate bocconcini	Poulet à la dijonnaise servi avec petits pois verts et coquillettes	Tofu général tao accompagné de vermicelles et brocolis
	Fruits	Yogourt	Compote aux fruits	Fruits	Yogourt
Collation P.M	Muffin aux bleuets	Crudités et trempette	Smoothie aux bananes, yogourt et fruits servi avec biscuits au petit beurre	Craquelins et fromage à la crème	Galettes de riz et beurre de soya
	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 %
Déjeuners	Lait, pain rôti, fromage, confiture maison, céréale, muffins et pains maison, yogourt			- Servi entre 7 h et 7 h30 à la demande du parent, au coût de 2\$	

L'eau est offerte 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.

Les petits délices de la **Semaine 4**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation A.M	Fruits	Pouding de chia et petits fruits	Fruits	Céréales	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 %
Repas principal	Crème de légumes accompagné de craquelins et fromage	Poulet au beurre servi avec couscous et carottes	Poisson blanc à la bruschetta accompagné d'une purée de pommes de terre et des haricots verts	Spaghetti aux lentilles servi avec salade césar (laitue Iceberg)	Boulettes de boeuf aigre douce servi avec riz et maïs
	Fruits	Yogourt	Compote aux fruits	Fruits	Yogourt
Collation P.M	Carré aux dattes	Biscuits au parfum d'Orient(epices)	Smoothie aux bananes, yogourt et fruits servi avec biscuits au petit beurre	Houmous et pain naan	Galette ou muffin au choix du chef
	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 %

L'eau est offerte 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.