



Menu - Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<u>Collation du matin</u>	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison
<u>Déjeuner</u>	<p>Soupe de légumes et de poulet (carottes, quinoa, tomates, crème à 10%, courgettes, oignons, persil, céleri, pommes de terre, poulet, haricots et poivrons) servi avec du pain</p> <p>Pour le dessert : Yaourt</p>	<p>Poulet et riz (huile d'olive, riz, carottes, céleri, poivrons, sel et poivre, poulet) Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d'olive, sel)</p> <p>Pour le dessert : Pudding</p>	<p>Soupe de lentilles (oignons, ail, carottes, cumin, lentilles, sel et poivre, gingembre) servi avec du pain</p> <p>Pour le dessert : Salade de fruits</p>	<p>Mélanger les pâtes avec des légumes et du poulet (macaronis, huile végétale, fleurons de brocoli, carottes, ail, feuilles de basilic sec, sel, poivre)</p> <p>Pour le dessert : Yaourt</p>	<p>Sandwichs garnis de salade de thon (salade verte, thon et pain blanc) Salade (chou blanc, carotte, pomme, vinaigre, huile d'olive, sel)</p> <p>Pour le dessert : Jello</p>
<u>Goûter</u>	Biscuits à l'avoine	Gâteau aux fraises	Biscuits au thé et yogourt	Céréales et lait	Asst. cookies faits maison
<u>Collation du soir</u>	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison



Menu - Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<u>Collation du matin</u>	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison
<u>Déjeuner</u>	Soupe Minestrone (oignons, ail, poulet, céleri, haricots verts, courgettes, carottes, tomates, poivrons, pâtes, persil et origan) servie avec du pain Pour le dessert : Yaourt	Couscous aux légumes et poulet (oignons, poulet, sauce tomate, pois, sel, poivre, couscous, courgettes, beurre, ail) Pour le dessert : Salade de fruits	Crème de soupe au brocoli (Brocoli, céleri, poulet, crème à 10%, aneth et pommes de terre) servi avec du pain Pour le dessert : Pudding	Spaghetti à la sauce rouge et au bœuf haché (spaghettis, bœuf haché, poivre, sauce tomate, oignons, ail, poivre, sel, huile d'olive) Pour le dessert : Jello	Sandwichs garnis de salade de thon (salade verte, thon et pain blanc) Pour le dessert : Yogourt
<u>Goûter</u>	Bâtonnets de carottes panés	Gâteau à la pêche	Mini pizzas végétariennes	Biscuits à l'avoine	Muffins faits maison
<u>Collation du soir</u>	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison



Menu - Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<u>Collation du matin</u>	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison
<u>Déjeuner</u>	<p>Soupe de légumes et de poulet (carottes, quinoa, tomates, crème à 10%, courgettes, oignons, persil, pommes de terre, poulet, haricots et poivrons) servi avec du pain</p> <p>Pour le dessert : biscuits au thé</p>	<p>Casserole de thon (nouilles fusilli, thon, céleri, crème sure, mayonnaise, sel, fromage)</p> <p>Le dessert : Jello</p>	<p>Poisson aux légumes et riz (poisson, riz, céleri, ail, oignon, farine, tomates, sel et poivre, poivrons, carottes)</p> <p>Le dessert : Pudding</p>	<p>Soupe de lentilles (oignons, ail, carottes, cumin, lentilles, sel et poivre, gingembre) servi avec du pain Le dessert : Cereal</p>	<p>Sandwichs à la salade de thon (laitue verte, mayonnaise, thon et pain blanc)</p> <p>Le dessert : Yaourt</p>
<u>Goûter</u>	Gâteau aux pêches	Légumes crus et sandwichs au fromage de Philadelphie	Yaourt	Pain à la banane	Asst. cookies faits maison
<u>Collation du soir</u>	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison



Menu - Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<u>Collation du matin</u>	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison	Lait Fruits frais de saison
<u>Déjeuner</u>	Soupe Minestrone (oignons, ail, haricots, poulet, orge, céleri, courgettes, carottes, tomates, poivrons, pâtes, persil et origan) servie avec du pain Pour le dessert : Biscuits au thé	Pâtes Alfredo (pâtes, pois & poulet, crème de cuisson 10%, ail, beurre, lait, sel et poivre) Le dessert : salade de fruits	Crème de soupe au brocoli (Brocoli, céleri, poulet, crème à 10%, aneth et pommes de terre) servi avec du pain Pour le dessert : Pudding	Pâtes bolognaises (pâtes, fromage, bœuf haché, oignons, tomates, carottes, poivrons, champignons, cumin, cannelle, sel et poivre) Pour le dessert : Jello	Sandwichs à la salade de thon (laitue verte, mayonnaise, thon et pain blanc) Le dessert : le yaourt
<u>Goûter</u>	Céréales et lait	Biscuits aux pépites de chocolat	Pizza aux légumes	Bâtonnets de carottes panés	Pain au lait sucré
<u>Collation du soir</u>	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison	Fruits frais de saison