

Menus printemps-été 2023-2024



1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Pommes	Clémentine	Cantaloup, melon	Oranges	Bananes
Dîner	Croquettes de pois chiches et fromage, coulis de tomates, salade de couscous et brocoli, lait	Fajitas aux légumes et tofu, salade de haricots noirs et de maïs	Spaghetti au yogourt et graines de tournesol, salade croquante, fèves vertes et choufleur	Petits pains farcis aux œufs, salade aux carottes,	Mini pizza au tofu et pesto, Assiette de minis maïs et concombres
Dessert	Yogourt	Ananas et lait	Melon d'eau et lait	Mandarines, framboise et lait	Fruits frais ou compote, lait
Collation	Muffins aux petits fruits	Pommes, fromage et craquelins de blé	Bouchées de céréales,	Galette de riz, beurre de soya, bananes	Cornet de yogourt glacé,

Menus printemps-été 2023-2024



2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Cantaloup, melon	Cantaloup, melon	Cantaloup, melon	Cantaloup, melon	Cantaloup, melon
Dîner	Pâtes au pesto et tofu, jus de légumes, carotte et salade de chou	Pita à l'hummus, soupe aux légumes et edamane,	Pain à l'orge et aux légumes, sauce tomates, salade jardinière aux brocolis	Omelette aux champignons, salade de quinoa	Burritos amusants aux fèves rouges, crudités et trempette
Dessert	Yogourt	Ananas et lait	Poires, petits fruits lait	Pêche et banane lait	Salade de fruits lait
Collation	Croquettes minutes au cacao	Yogourt, banane et granola	Fromage et craquelins et pommes	Smoothie melon, lait de coco et biscuits à l'avoine	Barres granola

Menus printemps-été 2023-2024



3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Clémentines	Cantaloup, melon	Pommes	Bananes	Oranges
Dîner	Cari de pois chiches à la courge servi sur couscous	Sauté asiatique aux légumes et tofu, riz au curry	Pasta Pronto au fromage cottage et tofu, Salade jardinière	Croque monsieur au tofu et salade grecque	Œufs brouillés, patates rissollés, macédoine de légumes, bagel
Dessert	Pêche et lait	Yogourt, fruits et lait	Poires, raisins, cantaloup et lait	Ananas, fraises et lait	Melon d'eau
Collation	Muffins aux fruits	Gâteau daroube	Tartinade au fromage sur pain pita	Méli Mélo	Cornet au yogourt glacé



Menus printemps-été 2023-2024



4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Oranges	Clémentines	Bananes	Pommes	Cantaloup, melon
Dîner	Macaroni chinois et légumes verts, Et olives	Soupe aux légumes, sandwich au végépaté,	Millet aux tomates gratiné, salade tunisienne	Carrés grecs Poivrons 3 couleurs, maïs	Végé burger, assiette de garnitures, fromage
Dessert	Compote de fruits et lait	Poires, fraises et lait	Mandarines, bananes et lait	Yogourt et lait	Melon et lait
Collation	Muffins à l'avoine	Compote de fruits et fromage	Bouchées de céréales	Crudités, trempette et craquelins	Lait de soya au chocolat et banane