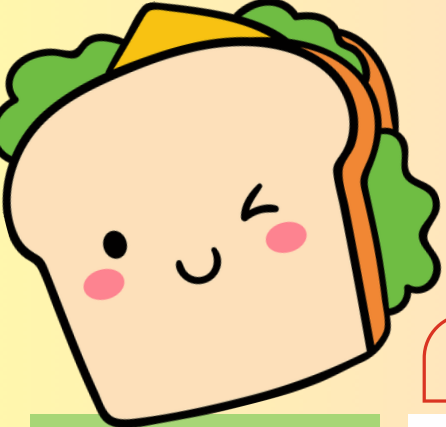
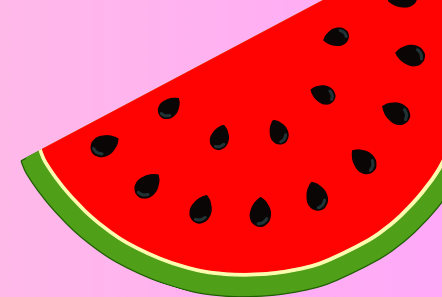




MENU SEMAINE 1

Printemps - Été



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation AM

avec
Lait & Eau

Fruits frais

Fruits frais

Gruau froid

Fruits frais

Fruits frais

Dîner

avec
Lait, Eau et/ou
Boisson de soya

Mini pain de
viande au
poulet, salsa
et fromage

Salade iceberg
et tomates

Pain de blé

Compote de
pomme

Poké bowl
de tofu
avec légumes,
chou rouge
et
nouille ramen
au riz de blé
brun et millet

Yogourt aux
fruits

Croque au thon

Salade
concombre,
maïs, piment

Fruits frais de
saison

Oeufs à la
coque sur
tortillas

Tomates en
quartier

Mousse aux
fraises

Chili corn
carne, haricots
rouges et bœuf
haché

Biscuits aux
patates douces

Salade verte

Ananas

Collation PM

avec
Lait & Eau

Mini pita de blé
&
Tzaziki aux
concombres

Fromage en
grains
et
biscuits breton

Galette au
beurre de soya

Muffins aux
pommes

Galette aux
carottes



MENU SEMAINE 2

Printemps- Été



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation AM

avec
Lait & Eau

Céréales de
grains entiers

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Dîner

avec
Lait, Eau et/ou
Boisson de soya

Gratin style
pâté chinois

Betteraves

Pain de blé
entier

Pêche en dés
ou fraîche

Salade de
couscous aux
pois chiches
à la grecque

Toast melba

Yogourt

Omelette en
plaque avec
légumes

Salade de
choux rouges

Pita grecque

Croustade aux
fruits

Sandwich club
au poulet

Carottes et
brocolis

Fruits frais

Lasagne tofu
épinards sauce
rosée

Concombres

Compote de
pomme

Collation PM

avec
Lait & Eau

Pomme et
beurre de soya

Pain aux
bananes

Trempeuse aux
épinards
biscottes variée

Barre tendre
maison

Galette à
l'avoine,
courgettes et
cacao



MENU SEMAINE 3

Printemps - Été



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation AM

avec
Lait & Eau

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Dîner

avec
Lait, Eau et/ou
Boisson de soya

Salade d'œufs à
tartiner
Assiette de crudité
Pita grec
Melon

Salade de
tacos au
boeuf et
légumes
Fruits frais

Croquette de
poisson
aiglefin
Pain de blé
Salade de
carottes
Poires ou
pêches

Bugger végété
Concombre
Terrines de
gelés aux petits
fruits

Salade de
pâtes
au poulet
avec légumes
Carrée aux
dattes

Collation PM

avec
Lait & Eau

Galettes de riz
et
beurre de soya

Tortillas de blé
sucré avec
compote de fruits

Galette aux
fruits

Pomme et
céréales

Doigts à la
mélasse

MENU SEMAINE 4

Printemps - Été



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation AM

avec
Lait & Eau

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Dîner

avec
Lait, Eau et/ou
Boisson de soya

Merlu
croustillant

Crudité carotte

Riz basmati
aux épinards

Compote de
pomme

MENU
EXPÉRIMENTAL

Croque-monsieur
aux œufs sur
muffin anglais
de blé entier

Salade en
feuilles, tomates,
mayo

Salade de fruits

Guédilles de
goberge

Patate douce

Croustade aux
pommes

Pizza au tofu
sur pita
grecque et
légumes

Salade mixtes

Yogourt à la
mangue

Collation PM

avec
Lait & Eau

Tube de yogourt
gelé

EXPÉRIMENTAL

Galette
moelleuse
d'avoine et
confiture

Beurre de soya
Galette de riz

Galette à la
patate douce



MENU SEMAINE 5

Printemps - Été



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Collation AM

avec
Lait & Eau

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Fruits frais

Dîner

avec
Lait, Eau et/ou
Boisson de soya

Divan au poulet

Pain de blé
entier

Salade verte

Compote de
pomme

Salade de
pâtes au thon
et légumes

Biscuits breton

Ananas

Baguette farcie
au bœuf
tex mex

Salade de
choux

Fruits frais

Tofu
croustillant
Mayonnaise au
citron

Salade melon
et feta

Pain baguette

Pêches

Cube de porc à
l'orientale avec
riz au légume

Betterave

Yogourt aux
bananes avec
graines de lin et
mélasse

Collation PM

avec
Lait & Eau

Pain dattes et
zuchinis

Muffin orange
& canneberges

À découvrir

Tube de yogourt
ou
Sucettes glacées

Fromage en
grains
et craquelins
patates douces