

Menu

Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation a.m.	Fruits et fromage	Bagels avec confiture et « Wow Butter »	Fruits et fromage	Parfait au yogourt et fruits	Fruits et fromage
Dîner	Poulet BBQ servi avec des pommes de terre et des légumes	Aiglefin accompagné de riz et de légumes	Macaroni à la viande	Soupe à l'orge et légumes, accompagnés de petits pains maison	Sandwich et crudités
Collation p.m.	Biscuit fait maison accompagné d'une sauce aux	« Cupcakes » à la vanille sans sucre fait maison	Galette de riz avec « Wow Butter »	Mousse aux petits fruits et tofu	Muffin fait maison accompagné d'une sauce aux pommes

Dates

23 au 27 septembre 2024

21 au 25 octobre 2024

18 au 22 novembre 2024

16 au 20 décembre 2024

13 au 17 janvier 2025

10 au 14 février 2025



Menu

Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation a.m.	Fruits et fromage	Céréales	Fruits et fromage	Yogourt avec biscuit	Fruits et fromage
Dîner	Penne Alfredo au poulet et au brocoli	Aiglefin à la crème de champignons, accompagné de légumes	Pâté chinois	Casserole de riz façon piment farci avec tofu	Sandwich et crudités
Collation p.m.	Grignotines maison à base de pois chiches	Muffin fait maison accompagné de fruits	Biscuit fait maison accompagné d'une sauce aux	"Smoothie" aux fruits	Muffin fait maison accompagné d'une sauce aux

Dates

30 au 4 octobre 2024

28 au 1er novembre 2024

25 au 29 novembre 2024

23 au 27 décembre 2024

20 au 24 janvier 2025

17 au 21 février 2025



Menu

Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation a.m.	Fruits et fromage	Céréales	Fruits et fromage	Pain aux bananes	Fruits et fromage
Dîner	Spaghetti à la viande	Fricot de poulet accompagné de biscuits chauds	Taco de bœuf accompagné de riz	Porc Stroganoff servi avec des pommes de terre et des légumes	Sandwich et crudités
Collation p.m.	Biscuit fait maison accompagné d'une sauce aux	Boules d'énergie maison avec fruits	Galette de riz avec « Wow Butter »	Yogourt et biscuit maison	Muffin fait maison accompagné d'une sauce aux

Dates

7 au 11 octobre 2024

4 au 8 novembre 2024

2 au 6 décembre 2024

30 au 3 janvier 2025

27 au 31 janvier 2025

24 au 28 février 2025



Menu

Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation a.m.	Fruits et fromage	Céréales	Fruits et fromage	Rôtis avec confiture et « wow butter »	Fruits et fromage
Dîner	Gratin de poulet aux légumes	Aiglefin à la sauce rosée, servi avec du riz et des légumes	Bœuf aux légumes, servi	Jambon à l'ananas, accompagné de pommes de terre et de légumes	Sandwich et crudités
Collation p.m.	Salade de fruits et biscuit maison	Pommes avec fromage	Barre granola aux fruits fait maison	Yogourt accompagné de petits fruits	Surprise !

Dates

14 au 18 octobre 2024
11 au 15 novembre 2024
9 au 13 décembre 2024
6 au 10 janvier 2025
3 au 7 février 2025
3 au 7 mars 2025

