



MENU ÉTÉ 2021 (SEMAINE 1)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	 VENDREDI
COLLATION AM					
ACCOMPAGNEMENT	Salade de maïs et cottage	Légumes asiatiques et vermicelles	Salade verte	Concombre et tomate	Légumes et trempette
PLAT PRINCIPAL	Tortillas au thon	Tofu aux « arachides » beurre de soya	Macaroni à la viande	Surprise du chef	Sandwich aux œufs et fromage
DESSERT	Yogourt	Salade de fruits	Yogourt vanille	Pops au lait	Cornet de crème glacée
COLLATION PM	Biscuit aux carottes	Bagel et beurre de pommes + lait	Galette au gruau + lait	Biscottes et fromage à la crème	Carrés aux bleuets

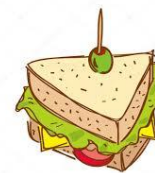


MENU ÉTÉ 2021 (SEMAINE 2)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM					
ACCOMPAGNEMENT	Haricots verts	Jus de légumes	Crudités	Salade César	Salade de tomates et concombres
PLAT PRINCIPAL	Omelette mexicaine sur muffin anglais	Salade de couscous aux pois chiches	Petits pains au poulet	Pâtes au thon et à la tomate	Hamburger garni bœuf et soya
DESSERT	Yogourt	Yogourt	Pops au chocolat ou aux fruits	Pavé aux fraises	Cornet de crème glacée
COLLATION PM	Biscuit aux pommes et avoine	Trempeuse edamames et tortillas	Fruits et fromage	Craquelins et fromage à la crème	Biscuits beurre de soya



k10169059 fotosearch.com ©



MENU ÉTÉ 2021 (SEMAINE 3)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION AM					
ACCOMPAGNEMENT	Fromage œufs et concombre	Jus de légumes	Fusilli aux légumes	Salade de légumineuses	Crudité et trempette
PLAT PRINCIPAL	Salade de riz 7 grains	Fish tacos et salsa de mangue	Courgettes parmigiana au bœuf	Pizza du jour	Nouilles chinoise au poulet
DESSERT	Yogourt	Sorbet aux fraises	Yogourt	Pouding chia	Pops aux fruits
COLLATION PM	Biscotte et tartinade de tofu	Muffin	Bagels et fromage à la crème	Fruits et fromage	Tortillas et hummus

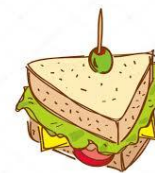


MENU ÉTÉ 2021 (SEMAINE 4)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ACCOMPAGNEMENT	Légumes et trempette	Riz brun	Concombres et tomates	Jus de légumes	Salade César
PLAT PRINCIPAL	chili mexicain végétarien	Poulet et légumes à la thaï	Guédille aux œufs	Saumon à l'érable et orzo	Spaghetti à la viande
DESSERT	Yogourt à la vanille	Velouté aux fruits	Biscuit moelleux à l'avoine et cacao	Yogourt	Pops
COLLATION PM	Craquelin et fromage à la crème	Muffin aux fruits	Fruits et fromage	Méli Mélo	Brownies santé



k10169059 fotosearch.com ©



MENU ÉTÉ 2021 (SEMAINE 5)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ACCOMPAGNEMENT	Légumes et trempette		Jus de légumes	Purée de pommes de terre	Tomates et concombre
PLAT PRINCIPAL	Burger de tofu	Riz frit bœuf et courge	Salade quinoa au poulet et abricots	Pain au bulghur et sauce tomate	Salade-repas de macaroni
DESSERT	Cornet	Yogourt	Yogourt	Sorbet	Pops
COLLATION PM	Bagel et fromage à la crème	Biscuit du jour	Fruits et fromage	Méli-mélo	Muffin