

# Menu d'été

Semaine 1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation am</b>	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
<b>Diner</b>	Hamburger végétarien Mini maïs	Salade de couscous estivale aux pois chiches et légumes Bâtonnets de fromage	Boulettes de dinde thaï Riz et macédoine de légumes	Quiche aux épinards et fromage Salade de brocolis	Sandwich au poulet Jus de légumes maison
<b>Dessert</b>	Salade de fruits frais Lait	Sorbet aux fruits Lait	Pouding au tofu maison Lait	Compote de fruits frais Lait	Biscuits à la noix de coco Lait
<b>Collation pm</b>	Gâteau aux carottes et son glaçage	Céréales et lait	Barre tendre	Bagel de blé et confiture de fraises	Biscottes et cubes de fromage

Semaine 2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation am</b>	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
<b>Diner</b>	Chili con carne (au bœuf) Chips de tortillas de blé grillées Petits pois	Linguine de poisson et pesto Chou-fleur	Poulet popcorn Trempeuse au miel Frites de patates douces Crudités	Pizza aux légumes Salade César	Sandwich aux oeufs Concombres
<b>Dessert</b>	Yogourt aux fruits Lait	Salade de fruits frais Lait	Gélatine aux fruits Lait	Yogourt à boire Lait	Biscuit aux canneberges et à l'orange Lait
<b>Collation pm</b>	Biscuit aux bananes et beurre de soya	Pain aux raisins et fromage à la crème	Smoothie et biscuits secs	Muffin aux bleuets et citron	Cornet de crème glacée

# Menu d'été

Semaine 3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation am</b>	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
<b>Diner</b>	Tortellini au fromage sauce rosée  Salade d'haricots verts	Petits pains gumbo (au bœuf)  Crudités et trempette	CHOIX	Ratatouille à la saucisse (au poulet)  Couscous	Sandwich au thon  Carottes et rondelles de courgettes
<b>Dessert</b>	Compote de fruits frais  Lait	Yogourt aux fruits  Lait	DU	Mandarines en mouseline  Lait	Galette à l'avoine  Lait
<b>Collation pm</b>	Trempette mexicaine et mini pitas	Céréales et lait	CHEF	Muffin aux pommes, carottes, raisins et son	Yogourt à boire et biscuits secs

Semaine 4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation am</b>	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
<b>Diner</b>	Poulet cacciatore  Riz pilaf	Salade d'orzo et pois chiches  Petit pain	Poisson à la florentine  Purée de pommes de terre Concombres	Lasagne burritos (au bœuf)  Brocoli	Sandwich à la dinde et fromage  Poivrons (3 couleurs)
<b>Dessert</b>	Compote de fruits frais  Lait	Salade de fruits  Lait	Pouding au chocolat noir maison  Lait	Yogourt en tube  Lait	Muffin à l'avoine, bananes et chocolat  Lait
<b>Collation pm</b>	Hummus aux poivrons rouges et craquelins	Gâteau aux fruits	Tartinade aux herbes et biscottes	Fruit et fromage	Cornet de crème glacée