

Menu de la semaine

LUNDI

Collation AM

Fruits

Repas et dessert

Chili végétarien à la courge et patate douce servi sur riz

Yogourt Lait/eau

Collation PM

Muffins aux courgettes

MARDI

Collation AM

Fruits

Repas et dessert

Polpettes à la dinde aux champignons sauce marinara sur nouilles aux oeufs au pesto

Smoothie Lait/eau

Collation PM

Méli-mélo

MERCREDI

Collation AM

Fruits

Repas et dessert

Poké bowl, oeufs, tofu mariné, quinoa et légumes

Compote Lait/eau

Collation PM

Muffins aux bleuets

JEUDI

Collation AM

Fruits

Repas et dessert

Croquettes de riz style arancinis au thon, bâtonnets de légumes rôtis, sauce yogourt aux herbes

Poires et pêches Lait/eau

Collation PM

Galettes avoine et dattes



VENDREDI

Collation AM

Fruits

Repas et dessert

Potage crécy, cake aux tomates séchées

Carrés aux fraises et beurre de soya Lait/eau

Collation PM

Craquelins et houmous

