



## MENU été 2025

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Oranges Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de haricots verts (huile, moutarde vinaigre, oignons et poivrons)</li> <li>Tortellinis au fromage avec sauce rosée</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frittata (Œufs, courgettes, poireau, maïs, fêta, lait, crème)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade du chef (iceberg, concombres, tomates, carottes, huile, moutarde et vinaigre)</li> <li>Tortillas de blé au thon (thon, mayonnaise, poivrons et échalotes vertes)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doigts de poulet panés sauce BBQ</li> <li>Riz pilaf et carottes</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pommes de terre (mayonnaise, céleri, moutarde, oignon vert, sel de céleri)</li> <li>Croquette Futo-Futo (Tofu, oignons, carottes, céleri, œufs, sauce soya, chapelure panko)</li> <li>Lait</li> </ul>
Collation de l'après-midi	Muffins aux pommes Lait	Céréales Cherrios Lait	Yogourt aux pêches Eau	Pain aux raisins Lait	Galettes au gruau Lait

**Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes**

La moitié de nos produits céréaliers sont faits de blé entier



## MENU été 2025

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Collation du matin</b>	Bananes Eau	Oranges Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
<b>Repas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de céleri-rave</li> <li>Quiche au saumon, épinards, carottes et fromage feta</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crudités mini-carottes et trempette</li> <li>Sous-marin au bœuf sauce BBQ (poivrons, champignons, oignons, fromage mozzarella)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de chou</li> <li>Sandwichs au poulet (poulet, mayonnaise, céleri et échalotes vertes)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chili végétariens à la protéine végétale texturée (Pvt, oignons, carottes, céleri, haricots rouges, maïs, tomate)</li> <li>Riz pilaf</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lasagne végétarienne servie avec pita grillé assaisonné</li> <li>Lait</li> </ul>
<b>Collation de l'après-midi</b>	Compote de pommes et muffins anglais Lait	Croustade aux dattes Lait	Smoothie au tofu soyeux et fraises Eau	Biscuits passion chocolat Lait	Muffins au citron Lait

**Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes**

La moitié de nos produits céréaliers sont faits de blé entier

# MENU été 2025



SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Collation du matin	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau	Oranges Eau
Repas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruautés bâtonnets de courgette verte</li> <li>• Penne sauce à la viande (bœuf haché, poireau, poivrons, carottes, céleri et sauce chili)</li> <li>• Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizza végétarienne (poivrons, tofu, champignons, brocoli)</li> <li>• Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade de carottes (jus d'orange, huile, épices à salade, ail et sucre)</li> <li>• Sandwichs pain de blé au jambon</li> <li>• Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade de macaroni de blé au thon (mayonnaise, poivrons verts et rouges , céleri, oignon vert) servie avec petit pain à salade</li> <li>• Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade californienne (poulet, cubes de fromage, concombres, ananas et mayonnaise) servie avec pointes de pita grecques grillées</li> <li>• Lait</li> </ul>
Collation de l'après-midi	Bagel 14 grains et compote aux petits fruits Lait	Gâteau renversé aux fraises et à la rhubarbe Lait	Muffins aux bananes Lait	Mousse aux œufs et biscottes Lait	Yogourt aux fraises Eau

Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes  
La moitié de nos produits céréaliers sont faits de blé entier



## MENU été 2025

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Collation du matin</b>	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Oranges Eau	Variété de fruits Eau	Pommes Eau
<b>Repas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crudités (choux-fleurs et brocoli) avec trempette au fromage cottage</li> <li>Pâté chinois vitaminé (pommes de terre, bœuf, maïs, carottes, poivrons et lentilles)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet d'aiglefin en sauce (fumet de poisson, roux et crème 35%)</li> <li>Penne faites de légumes (pois et choux-fleurs)</li> <li>Brocoli</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de maïs (poivrons, oignon vert, jus de citron, huile et sucre)</li> <li>Sandwichs pain de blé aux œufs</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Guédille au poulet (pain hot dog, poulet, salade romaine, céleri, tomates, mayonnaise et moutarde)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jambon à l'érable</li> <li>Pommes de terre à la grecque et haricots verts</li> <li>Lait</li> </ul>
<b>Collation de l'après-midi</b>	Compote de pommes et muffins anglais Lait	Galettes à la mélasse Lait	Clafouti aux poires Lait	Smoothie au Banane-chocolat Eau	Bagels aux raisins Lait



## MENU été 2025

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Collation du matin</b>	Bananes Eau	Cantaloup Eau	Variété de fruits Eau	Oranges Eau	Pommes Eau
<b>Repas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade d'épinards (huile, sauce soya et ail)</li> <li>Omelette aux légumes (poivrons, champignons, céleri et échalotes vertes)</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres</li> <li>Fettuccini Alfredo au poulet</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade César avec croutons de blé (câpres, huile, citron et parmesan)</li> <li>Sandwichs au tofu</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade-repas printanière (Couscous, haricot blanc, oignons, concombres libanais, fromage feta, huile olive, sirop érable, menthe, ail)</li> <li>Pointes de pita</li> <li>Lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bâtonnets de goberge panés et sauce tartare</li> <li>Riz et mélange de légumes</li> <li>Lait</li> </ul>
<b>Collation de l'après-midi</b>	Cake aux dattes et abricots séchés Lait	Yogourt aux pêches Lait	Délices aux framboises Lait	Muffins aux bleuets Lait	Mousse aux œufs et biscuits soda au blé Lait

Le lait est servi 2 fois par jour (2 x 125 ml); 3.25 % pour la pouponnière et 2% pour les autres groupes  
La moitié de nos produits céréaliers sont faits de blé entier