

# MENU AUTOMNE 2024

\* Vous serez avisé de tout changement.

Le menu est sujet à changement pour ajustement nutritionnel

Semaine 1

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
02-09-2024 07-10-2024 11-11-2024	COLLATION AM	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
	ENTRÉE	Crudités trempette	Salade de chou	Salade verte	Crème de légumes	Concombre
	METS PRINCIPAL	Pain à la viande	Croquettes de poulet Légumes	Pâtes mascarade	Quiche aux épinards et fromage	Poisson au pesto, orzo et légumes
	COMPLÉMENT DE REPAS	Pain aux canneberges	Compote de fruits	Muffin son et raisins	Raisins	Yogourt vanille
	COLLATION PM	Céréales et boisson de soya	Bagel et philadelphia	Mini carottes et trempette + biscuit Triscuit	Creton végété avec pita	Collations assorties

Semaine 2

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09-09-2024 14-10-2024 18-11-2024	COLLATION AM	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
	ENTRÉE	Fromage	Salade d'épinard et mandarines	Crudités	V-8	Salade verte & vinaigrette
	METS PRINCIPAL	Pâtes farcies au bœuf	Sandwich à la tartina de poulet	Poulet mexicain et couscous	Hamburger aux fèves rouges	Pain de thon et carottes
	COMPLÉMENT DE REPAS	Pomme	Compote de fruits	Yogourt	Pouding à la rhubarbe	Carré aux framboises
	COLLATION PM	Crudités et trempette avec Breton	Galette de riz et wow butter	Pain aux bananes	Légumes/trempette et fins de blé	Collations assorties

Semaine 3

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
16-09-2024 21-10-2024 25-11-2024	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	V8 et grissol	Salade César	Crudités	Craquelins fins de blé et fromage à la crème	Crudités
	METS PRINCIPAL	Croquettes de légumineuses et légumes	Casserole de thon au fromage	Croissant au poulet	Bœuf et chou à la mode (et maïs en grains)	Pizza au poulet
	COMPLÉMENT DE REPAS	Galette aux canneberges	Pouding au citron	Yogourt en tube et danone (petits)	Fruits en mousseline	Gâteau éponge aux bleuets
	COLLATION PM	Céréales son de maïs et boisson de soya	Légumes/trempette et Triscuit	Galette de riz et wow butter	Bagel et confiture	Collations assorties

# MENU AUTOMNE 2024

Le menu est sujet à changement pour ajustement nutritionnel

**\*Vous serez avisé de tout changement.**

**Semaine 4**

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
23-09-2024 28-11-2024 02-12-2024	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	Biscuit breton	Crudités	Jus de légumes	Concombre	Salade d'épinards et clémentines
	METS PRINCIPAL	Pain de veau parmigiana et Betteraves	Macaroni à la viande	Boulettes porc-épic au saumon et riz aux légumes	Curry de lentille corail et riz	Quiches et légumes
	COMPLÉMENT DE REPAS	Poires en dés	Pomme et cottage	Compote ananas	Barre aux ananas	Yogourt
	COLLATION PM	Hummus et melba	Gâteau aux carottes (ananas) et lait	Pita et purée de dattes	Biscuit croquant au son Style de vie et boisson de soya	Collations assorties

**Semaine 5**

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
30-09-2024 04-11-2024 09-12-2024	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	Crudités	Jus de légumes	Salade César	Salade de chou	V8
	METS PRINCIPAL	Spaghetti	Sandwich à la tartina de poulet	Poulet aux champignons Riz blanc, carottes et pois	Fallafel-sauce concombre	Saucisses de veau et Pomme de terre nouvelle
	COMPLÉMENT DE REPAS	Biscuit à Nicole	Yogourt glacé et petit danone pour les petits	Barres Madegood	Galette aux framboises	Pouding caramel
	COLLATION PM	Tartinade de tofu et craquelins fins de blé	Triscuit et wow butter	Muffin à l'orange et morceaux d'orange	Céréales cherrios et lait de soya	Collations assorties