

## Menu été semaine 1



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
Repas	Végé-pâté fromage et craquelins	Jus de légumes	Fromage cheddar	Salade de chou crémeuse	Concombres et tomates cerises
	Macaroni au fromage	Pavé neptune (pâté au saumon sans croûte)	Frittata	Casserole de coquilles à la viande	Hamburger de quinoa et fromage
	Macédoine de légumes	Carottes en cubes	Couscous et brocoli	Macédoine de légumes	Épis de maïs coupés
	Compote de pommes	Coupe de yogourt et granola	Gelée de fruits maison (mangue et lime)	Pouding à la vanille maison	Galette aux dattes
	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2%	Lait 2 %	Lait 2 %
Collation PM	Rôti et tartinade de dattes et d'avocat	Tortillas grillé et trempette de fromage	Poire en cubes	Concombres et fromage cheddar	Méli-mélo



## Menu été semaine 2



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
Repas	<p>Jus de légumes</p> <p>Quiche sans croûte au fromage</p> <p>Couscous et brocoli fleurette</p> <p>Coupe de pêche</p> <p>Lait 2 %</p>	<p>Salade de tomates et concombres</p> <p>Couscous Alibaba</p> <p>Pain aux courgettes et aux dattes</p> <p>Lait 2 %</p>	<p>Salade de fèves germées</p> <p>Pennes à la sauce rosée</p> <p>Macédoine de légumes</p> <p>Mousse à l'avocat et cacao</p> <p>Lait 2 %</p>	<p>Pain à la salade</p> <p>Chili à la dinde et au cheddar</p> <p>Couscous et macédoine</p> <p>Compote de pommes et fraises</p> <p>Lait 2 %</p>	<p>Fromage</p> <p>Saumon en croûte et sauce au miel</p> <p>Riz et brocoli fleurette</p> <p>Yogourt et craquelins</p> <p>Lait 2 %</p>
Collation PM	Galette de riz et fromage	Jus de légumes et cheddar	Céréale <i>Life</i> et lait	Rôtie et fromage	Méli-mélo



## Menu été semaine 3



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Collation AM</i>	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
<i>Repas</i>	Salade de pommes d'api	Jus de légumes	Craquelins et fromage cheddar	Trempelette de légumes	Trempelette humus /craquelin
	Carré grec	Pâté moitié-moitié chinois/mexicain	Saumon à l'érable	Pizzachiche	Minifrittatas jambon et fromage
	Couscous et macédoine	Brocoli fleurette	Riz et macédoine de légumes	Épis de maïs coupés	Couscous et brocoli fleurette
	Coupe de pêche	Gelée de fraise et orange	Muffin complet aux fruits	Pouding à l'avocat et cacao	Biscuit Graham glacé
	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %
<i>Collation PM</i>	Céréale <i>Life</i> et lait	Mini bagel et fromage à la crème	Coupe de yogourt et granola	Galette du verger	Méli-mélo



## Menu été semaine 4



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
Repas	Salade de carottes et navet	Concombres	Jus de légumes	Mini Egg Roll à la viande	Salade de chou-fleur
	Filet d'aiglefin à la cajun	Tourtière au millet	Omelette au fromage	Fusillis en fête (poulet)	Guedille à la viande et aux fèves rouges
	Macédoine de légumes	Macédoine de légumes	Couscous et brocoli	Carottes en cubes	Épis de maïs coupés
	Coupe de poire et granola	Smoothie aux fraises	Galette à la mélasse	Mousse aux fraises	Cornet de crème glacé
	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %	Lait 2 %
Collation PM	Céréales <i>Life</i> et lait	Muffin aux zuchinis	Coupe de pêche	Rôti et fromage	Méli-mélo

