








## Menu Hiver - semaine 1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Collation AM & lait	Céréales Cheerios	Salade de fruits et biscuits	Yogourt nature avec banane et avoine	Céréales Just Right	Pommes et fromage brie
Plat principale & breuvage (lait et eau) 	Moussaka végétarienne	Poisson blanc, sauté de légumes	Pâté chinoiserie	Riz légumes poulet	Pennines Rosita (sauce rosée au tofu)
Légumes & accompagnements 	Salade de carottes	Pommes de terre en cube aux herbes	Salade verte, carottes rapées et tomates	Salade d'abondance	Fleurons de brocolis
Fruits de la saison 					
 Collation & lait	Tartinade de soya et galette de riz	Scones naturels	Muffins au bleuets	Carrés aux dattes	Compote de fruits

Collation PM








Cruautés

Modifié Nov.2018



## Menu Hiver - semaine 2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Collation AM & lait	Céréales Vectors	Compote de fruits avec biscuits	Yogourt nature et fruits	Fromage cottage avec fruits	Céréales Granola
 Plat principale & breuvage (lait et eau)	Fricot d'hiver	Carré aux épinards	Spaghettis en folie et parmesan (sauce à la viande cheval)	Filet de poisson jardinière	Poulette en soupe
 Légumes & accompagnements	Salade de légumineuse	Salade grec	Tortue de salade	Purée de M. Patate et Janot lapin	Muffins au fromage
 Fruits de la saison					
 Collation & lait	Salade de fruits	Galettes géantes au yogourt	Crème anglaise et fruits	Craquelins de végé pâté	Far Breton

Collation PM



Crudités

Modifiée le Nov. 2015

**Menu Hiver - semaine 3**



**Collation AM  
& lait**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Céréales Cheerios	Salade de fruits	Tartinade de soya et galette de riz	Yogourt nature avec petits fruits et avoine	Céréales Just Right



**Plat principale &  
breuvage  
(lait et eau)**

	Pâté de saumon en sauce gratiné	Vol-au-vent cocorico	Polenta au fromage	Poulet et légumes Thai	Soupe Pho Orientale bœuf



**Légumes &  
accompagnements**

	Betteraves	Salade verte	Ratatouille	Nouilles de riz	Pains ou baguette



**Fruits de  
la saison**

--	--	--	--	--	--



**Collation  
& lait**

	Melon et fromage	Pain aux dattes	Scones nature	Croustade aux pommes et aux poires	Clafoutis cerises
--	------------------	-----------------	---------------	------------------------------------	-------------------

**Collation PM**




**Crudités**

Modifiée le Nov. 2015



## Menu Hiver - semaine 4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Collation AM & lait	Céréales Vectors	Poires/pommes et fromage	Céréales Granolas	Fruits et fromage frais	Compote aux fruits
 Plat principale & breuvage (lait et eau)	Lasagne végétarienne	Goulash	Quiche potagère	Poulet au yogourt sauce à l'estragon	Soupe de poisson fromagée
 Légumes & accompagnements	Salade verte mélangés avec fèves germées	Pommes de terre avec crème sure et légumes verts	Taboulé	Nouilles et choux bruxelles	Petits pains de blé
 Fruits de la saison					
 Collation & lait	Salade de fruits et biscuits	Barres au yogourt	Muffins aux pommes et canneberges	Gâteau pouding noix de coco	Pain aux bananes

Collation PM






Crudités

Modifiée le Nov. 2015

Menu Hiver - semaine 5



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Collation AM & lait	Céréales Just Right	Fromage à la crème - Biscuits ou biscottes	Salade de fruits et biscuits	Yogourt aux petits fruits et avoine	Céréales Vectors
Plat principale & breuvage (lait et eau)	Chili végétarien	Soupe repas au boeuf et nouilles	Poulet enchanté	Croquettes du pêcheur (saumon) sauce citronnée	Soupe aux lentilles du monastère
 Légumes & accompagnements	Nouilles et fromage rapé	Petits pains et cubes de fromage	Riz basmati	Choux fleurs	Petits pains ou baguette
Fruits de la saison					
 Collation & lait	Salade de fruits et biscuits secs	Muffins gourmands (bleuet et chocolat)	Croustade aux pommes	Galettes pattes d'ours	Compote de fruits et biscuits

Collation PM








Crudités

Modifiée le Nov. 2015



Menu Hiver - semaine 6



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Collation AM & lait	Céréales Granolas	Compote de fruits et biscuits	Céréales Cheerios	Craquelins Ryvita avec beurre de soya	Yogourt nature avec petits fruits
 Plat principale & breuvage (lait et eau)	Quiche aux épinards	Fajitas de bœuf	Poisson à l'orientale	Lasagne classique	Soupe mexicaine
 Légumes & accompagnements	Salade de bettraves	Salade composée, verte et germes	Nouilles de riz	Salade César	Petits pains
 Fruits de la saison					
 Collation & lait	Salade de fruits et biscuits secs	Gâteau mélasse	Biscuits banane	Carré à l'orange et au chocolat	Pains aux bananes

Collation PM



Crudités

Modifiée le Nov. 2015