



Menu d'hiver



Décembre-Janvier-Février

2023	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1 du	Fruit et lait	Céréales et lait	Fruit et lait	Fruit et lait	Fruit et lait
30 janvier au 3 février	Salade de carottes	V8 et concombre	Potage de légumes	Crudités et trempette	Touski
	Lasagne de tofu	Pâtés au saumon, sauce blanche et légumes	Sandwich au poulet	Riz espagnol	
27 février au 3 mars	Yogourt en tubes et biscuits	Fruit & muffin	Croustade aux pommes	Craquelins et brie	
Semaine 2 du	Fruit et lait	Céréales et lait	Fruit et lait	Fruit et lait	Fruit et lait
9 au 13 janvier	Soupe aux légumes	Salade César	Crudités et trempette	Salade de chou	Touski
	Macaroni mexicain aux fèves noires	Pavé de saumon à l'aneth et riz aux légumes	Burger de fèves rouges	Plaque, légumes Poulet et fromage en grain	
6 au 10 février	Trempette tarte aux pommes et biscuits graham	Fruit et yogourt	Creton et biscuits Breton	Pêche en dés et goglu	
Semaine 3 du	Fruit et lait	Céréales et lait	Fruit et lait	Fruit et lait	Fruit et lait
16 au 20 janvier	Potage brocoli	Salade de macaroni	Crudités et trempette	Salade césar	Touski
	Filet d'aiglefin pané et légumes	Effiloché de porc et carottes glacées	Riz au poulet	Baguettine italienne	
13 au 17 février	Yogourt et Céréales	Fruits & trempette guimauve	Hummus et mini-pita	Mandarine, framboises et biscuits	
Semaine 4 du	Fruit et lait	Céréales et lait	Fruit et lait	Fruit et lait	Fruit et lait
23 au 27 janvier	Crème de légumes	Taboulé	Salade César	Salade de betteraves	Touski
	Tartinade de thon sur pain baguette et fromage en grains	Frites de tofu et légumes	Pizza au poulet BBQ	Pâté chinois	
20 au 24 février	Gâteau aux carottes	Fruits et biscuits au beurre de soya	Compote et biscuits goglu	Bagel et confiture maison	

*Légumes = mélange de légumes : carottes, oignons, céleri et piments

Légende :

9h00	Collation
11h30	Dîner comprenant : Entrée, Plat principal
15h00	Collation

L'eau est la boisson préférée du corps.

L'eau est offerte en tout temps, à l'intérieur comme à l'extérieur. Chaque enfant du CPE dispose d'un verre réutilisable.

Bon appétit!

