

Menu de la semaine 11 au 15 janv

Les fruits, crudités, muffins et galettes choisis seront inscrits le matin même sur les menus de la garderie. Les galettes et muffins, fait maison, sont sucrés avec du jus ou compote de fruits et ne contiennent pas de lait. *N.B: Le*

lait et certains fromages sont des produits régionaux.

Jour	Collation matin	Dîner	Collation après-midi
Lundi	Céréales et fruits	Crudités: Quiches aux légumes: (œuf, brocoli, oignon, sel et poivre) Servi avec fèves au lard	Muffins au
		Dessert Fruits:	
Mardi	Smoothies tofu et fruits	Crudités: Porc à l'oignon: (porc, bouillon à l'oignon) Servi avec riz au légumes (riz, brocoli, chou-fleur)	Craquelins et fromage Cheddar
		Dessert Fruits:	
Mercredi	Céréale et fruits	Pâté au saumon: (croute à tarte, saumon, pomme de terre, oignon, ail, sel et poivre)	Croustade aux fruits
		Dessert Fruits:	
Jeudi	Yogourt et fruits	Crudités: Pâtes à la sauce végétarienne: (pâtes, tomate en dés, jus de tomate, lentilles, carottes, céleris, oignons, champignons, poivrons et épices)	Crudités et trempettes
		Dessert Fruits:	
Vendredi	Bagel et fromage à la crème	Crudités: Poisson et couscous aux légumes: (tilapia, riz, poivron, courgette, carotte, oignon, pois, haricot, bouillon, citron, huile, sel et poivre)	Collation surprise
		Dessert Fruits:	