

Le fruit de saison choisi sera inscrit sur le tableau en entrant tous les jours. Tous nos craquelins, galettes, muffins et autres collations sont faits avec de la farine non blanchie ainsi que de la farine de blé (moitié de un et de l'autre) et ils contiennent un minimum de sucre car nous les sucrons avec de la compote de pommes, des jus 100 % pur ou de dattes. Nos panures, vinaigrette, mayonnaise sont faites maison.

Jours de la semaine	Collation de l'avant-midi	Dîner	Collation de l'après-midi
Lundi	Céréale de cherrios et lait	<u>Macaroni a la courge musquée et fromage</u> Macaroni, purée de courge, pâte de tomate, fromage Carottes, oignons, piments, céleri	Muffin aux cacao Pas de lait
Mardi	Yogourt vanille	<u>Poulets parmigiana</u> Poitrine de poulets sauce tomate gratiné et riz aux légumes (brocoli, chou-fleur, carottes)	Fruits : Et fromage
Mercredi	Galette de riz et compote de pommes	<u>Porc effiloché et soupe</u> Porc effiloché BBQ sur pain baguette + gratiné accompagner de potage aux brocolis, chou-fleur et carottes	Pain aux pommes et carottes Pas de lait
Jeudi	Bagel Confiture Fromage a crème	<u>Pâté chinois</u> Bœuf haché, maïs en grain et crème et pomme de terre en purée	Biscuit sablé Pas de lait
Vendredi	Tortillas Beurre de soya	<u>Lasagne</u> Pâtes, bœuf haché, sauce tomate, pâte de tomate, légumes (carottes,céleri,piments,oignon) fromage	Fruits et restant de collations PM de la semaine.

Contient du lait= (L) et des œufs (o)