

## Menu de la semaine

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

| Jour            | Collation matin                   | Diner   | Collation après-midi                            |
|-----------------|-----------------------------------|---|---|
| <b>Lundi</b>    | Céréale et fruits                 | Crudités:<br><b>Quiches aux légumes:</b> (pâte à tarte, œuf, brocoli, chou-fleur, oignon) <b>Servi avec patates rôties et fèves aux lard</b>  | Muffins aux                                     |
| <b>Dessert</b>  |                                   | <b>Fruits:</b>  |   |
| <b>Mardi</b>    | Yogourt et fruits                 | <b>Ragout de bœuf et légumes:</b> (bœuf en cube, patate, carotte, navet, oignon, bouillon, épices)  | Tortillas grillé à la canelle et humus au cacao |
| <b>Dessert</b>  |                                   | <b>Fruits:</b>  |   |
| <b>Mercredi</b> | Croissants et fruits              | Crudités:<br><b>Potage courge, carotte et lentille:</b> (courge, carotte, lentille, oignon, ail, bouillon, sirop d'érable et assaisonnement) <b>Servi avec petit pain de blé et fromage cheddar</b> | Galettes aux                                    |
| <b>Dessert</b>  |                                   | <b>Fruits:</b>  |   |
| <b>Jeudi</b>    | Fromage Cheddar et raisins        | Crudités:<br><b>Filet de porc sauce aux champignons</b> (porc, sauce, lait, champignon) <b>Servi avec purée de patate douce et carotte</b> (patate douce, carotte, sel et poivre)                   | Croustade aux fruits                            |
| <b>Dessert</b>  |                                   | <b>Fruits:</b>  |   |
| <b>Vendredi</b> | Salade de fruit et galette de riz | Crudités:<br>Quiche nature<br>Lasagne végété<br>Paté mexicain<br>Soupe nouille, poulet et légumes<br>Fromage cheddar  | Collation surprise!                             |
| <b>Dessert</b>  |                                   | <b>Fruits:</b>  |   |