

## Menu Garderie 2019 - Sans Poisson

Jour	1	2	3	4	5
<b>Collation AM</b>	Céréales - Corn Flakes	Yogourt aux fruits	Œuf biscuit soda	Muffin aux bananes	Muslix fraise
<b>Repas</b>	Poulet forestier (C) Rotini (S)	Quiche aux légumes Salade et vinaigrette italienne	Chop Suey au poulet (C) Riz (S)	Pâté campagnard	Salade repas aux légumineuses (T)
<b>Fruit</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit
<b>Collation PM</b>	Compote de pomme et petits fruits Biscuit sablé	Bruschetta Pain naan	Gâteau citron et bleuet	Pain Pita Sauce au yogourt	Gâteau aux carottes
Jour	6	7	8	9	10
<b>Collation AM</b>	Céréales - Rice Crispies	Galette banane et datte	Fromage à la crème Mini bagel	Compote de pomme et poire Galette de riz	Muslix cerise
<b>Repas Sans Poisson</b>	Boulettes de bœuf à l'italienne (S) Couscous aux légumes (C)	Blanquette de poulet (C) Riz (S)	Pâté de boeuf Salade et vinaigrette italienne	Chili Tex-Mex (T) Tortilla	Macaroni aux deux fromages et légumes
<b>Fruit</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit
<b>Collation PM</b>	Gâteau poire et érable	Fromage Biscuit soda	Gâteau bleuet et framboise	Crudités Trempeuse aux fines herbes	Pain à la citrouille
Jour	11	12	13	14	15
<b>Collation AM</b>	Céréales - Corn Flakes	Yogourt aux fruits	Œuf biscuit soda	Muffin aux bananes	Muslix bleuet
<b>Repas</b>	Bœuf aux légumes (C) et Pomme de terre (S)	Quiche aux courgettes et trois fromages Salade de chou traditionnelle	Sauté de poulet à l'italienne (C) Cavatappi (S)	Pain de viande (S) et Purée de légumes (C)	Sauté de tofu à l'orientale (C) Riz (S)
<b>Fruit</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit
<b>Collation PM</b>	Compote de pomme et petits fruits Biscuit sablé	Hummus Tortilla	Carré aux framboises	Pain Pita Sauce au yogourt	Galette aux fruits et grains entiers
Jour	16	17	18	19	20
<b>Collation AM</b>	Céréales - Cheerios	Galette banane et datte	Fromage à la crème Mini bagel	Compote de pomme et poire Galette de riz	Muslix framboise
<b>Repas Sans Poisson</b>	Penne (S) Sauce bolognaise (C)	Pâté au poulet Salade de chou crémeuse	Lasagne à la viande Salade et vinaigrette italienne	Casserole de dinde fumé crémeuse et légumes (C) Purée de pomme de terre (S)	Spécial multiculturel du mois
<b>Fruit</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit
<b>Collation PM</b>	Croustade aux fruits	Fromage Biscuit soda	Pain aux courgettes et poires	Bruschetta Pain naan	Brownies au tofu

La Collation AM est livrée le jour précédent

(S) = simple, utilisez la cuillère verte pour une portion

(C) = combiné, utilisez la louche pour une portion

(T) = trio, utilisez la cuillère verte et la louche pour une portion