

Menu de la semaine 22 au 26 août 2022

Collation du matin

Dîner

Collation de
l'après-midi

Lundi

Lait frappé au
tofu et aux
framboises,
céréales

Velouté de carottes
Tourtière au bœuf, haricots verts sautés au persil
Bol de fraises, lait

Poivrons et brocoli,
tranche de fromage
cheddar marbré

Mardi

Bol de fruits :
oranges et
pommes, lait

Potage de brocoli
Omelette aux oignons et courgettes sautés aux fines herbes
Yogourt fouetté aux dattes, lait

Gâteau moelleux
à la vanille

Mercredi

Banane et
beurre de soya

Salade de cœur de romaine, vinaigrette balsamique
Lasagne végétarienne de tofu aux légumes et tomates
Pêche, lait

Pain aux raisins
et fromage à la crème

Jeudi

Bol de fruits :
nectarines et
bananes, lait

Assiette de concombre et chou-fleur
Sandwich de thon, aneth et ail mayonnaise au yogourt (sans œuf)
sur pain tranché au blé entier
Tranche de melon miel, lait

Craquelin
au blé entier,
fromage cheddar

Vendredi

Yogourt crémeux
aux bleuets

Soupe aux légumes et à l'ail
Sauté de poulet et riz aux poivrons et courgettes, sauce tomate à l'ail
Pomme, lait

Collations variées :
pâtisseries faites
maison