

Menu de la semaine du 5 au 9 novembre 2018

Collation du matin

Dîner

Collation de l'après-midi

Lundi

**Bol de fruits :
bananes, pommes,
melon**

**Crème de carottes et thym
Sandwich grillé au poulet et fromage
Tartelettes à l'érable, lait**

**Guacamole et
tortillas grillés**

Mardi

**Muffin aux pois
chiches et graines
de lin**

**Couscous aux carottes et courgettes
Feuilleté de poissons et poireaux, sauce crème
Pommes, lait**

**Compote de fruits
et fromage marbré**

Mercredi

**Bol de fruits :
Bananes, pommes,
melon**

**Soupe minestrone
Sandwich aux œufs
Salade de concombres
Tarte à la citrouille, lait**

**Boules aux dattes et
coconut, lait de soya**

Jeudi

**Fromage et
mini-muffins aux
bleuets**

**Nouilles aux œufs
Tofu teriyaki
Carottes, chou-fleur
Pouding vanille-yogourt et poires, lait**

Humus et pain

Vendredi

**Biscuit à l'avoine et
verre de lait**

**Salade de carottes et canneberges
Lasagne tomates et bœuf
Salade de fruits, lait**

Yogourt aux fruits