



# Menu de la semaine du 7 au 11 janvier 2019

*Collation du matin*

*Dîner*

*Collation de l'après-midi*

*Lundi*

**Céréales et lait**

**Soupe aux légumes  
Fromage  
Salade de pâtes et thon  
Pomme, lait**

**Bâtonnets de sésame et beurre de soya**

*Mardi*

**Bol de fruits : bananes, oranges, pommes  
Fromage**

**Salade de couscous et citron  
Sandwich au poulet, concombre  
Purée de fraises et pommes, lait**

**Humus et pain**

*Mercredi*

**Bol de fruits : bananes, oranges, pommes  
Fromage**

**Soupe à l'orge  
Omelette au fromage  
Salade de carottes et cumin  
Biscuits aux petits fruits, lait**

**Feuilleté aux pommes, lait de soya**

*Jeudi*

**Clémentines et mini-muffin**

**Soupe riz et tomates  
Bœuf aux légumes  
Pain de blé  
Gelée de fruits, lait**

**Galette au miel et à l'orange, lait**

*Vendredi*

**Yogourt enrichi**

**Crème de courges  
Pâté végé aux légumes, quinoa et tofu, sauce rosée  
Gâteau aux canneberges, lait**

**Muffin au fromage**

