

MENU

Poupons

Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits et fromage	Fruits et biscuits secs	Fruits et fromage	Fruits et biscuits secs	Céréales et lait
Dîner	Poitrine de poulet, riz, légumes variés, pain et lait	Pâté chinois, pain et lait	Pain à la viande, pomme de terre, légumes variés, pain et lait	Casserole de poulet avec macaroni, légumes, pain et lait	Spaghetti sauce au tofu, légumes, pain et lait
Collation de l'après-midi	Tartines avec confiture ou margarine et lait	Fruits et biscuits secs	Fruits et biscuits secs	Fruits et yogourt	Muffin et jus

Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits et yogourt	Fruits et biscuits secs	Fruits et fromage	Céréales et lait	Fruits et biscuits secs
Dîner	Penne avec bœuf haché, carottes, pain et lait	Soupe au poulet, pain et lait	Ragoût de boeuf, pain et lait	Pizza au bœuf haché et fromage, légumes avec trempette et lait	Frittata au jambon, fromage et légumes, rôtis(2) et lait
Collation de l'après-midi	Fruits et galettes de riz	Pain rôti avec confiture ou margarine et jus	Fromage et fruits	Muffin et lait	Fruits et fromage

*** Biscuits secs disponibles en tout temps.

Menu poupons, suite...

Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits et biscuits secs	Fruits et biscuits secs	Fruits et fromage	Fruits et biscuits secs	Céréales et lait
Dîner	Casserole de poulet avec macaroni, légumes, pain et lait	Pâté chinois, pain et lait	Gros jambon, riz, légumes variés, pain et lait	Lasagne, pain et lait	Soupe au bœuf haché et lait
Collation de l'après-midi	Pain rôti avec margarine ou confiture et lait	Fruits et biscuits secs	Concombre et nutrigrain	Yogourt et fruits	Muffin et jus

Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits et fromage	Fruits et biscuits secs	Fruits et biscuits secs	Fruits et fromage	Céréales et lait
Dîner	Soupe aux lentilles, pain et lait	Poitrine de poulet, pomme de terre, légumes variés, pain et lait	Spaghetti sauce à la viande et légumes, pain et lait	Pizza au bœuf haché & fromage, légumes cuits et lait	Lasagne, pain et lait
Collation de l'après-midi	Fruits et biscuits secs	Yogourt et fruits	Concombre et nutrigrain	Tartines avec confiture ou margarine et jus	Fruits et biscuits secs

Semaine 5

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits et fromage	Fruits et biscuits secs	Fruits et fromage	Céréales et lait	Fruits et biscuits secs
Dîner	Soupe au poulet et riz, légumes, pain et lait	Pâté chinois, pain et lait	Macaroni au tofu, carottes, pain et lait	Fricot au poulet, pain et lait	Soupe au jambon et aux haricots noirs, pain et lait
Collation de l'après-midi	Tartines avec confiture ou margarine et jus	Fromage et fruits	Concombre et nutrigrain	Yogourt et Cheerios	Fruits et biscuits secs

*** Biscuits secs disponibles en tout temps.