

Menu de la semaine 15 au 19 septembre 2025

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

**Compote
de pommes
et fraises,
fromage brie**

**Potage de brocolis au cumin
Sauté de légumineuses, bocks choys, tomates et curry, riz basmati à l'ail
Tranche de melon cantaloup, lait**

**Gâteau
aux dattes**

Mardi

**Smoothie aux
bananes
et cerises,
céréales**

**Assiette de crudités : concombres et poivrons
Sandwich sur pain à hamburger de poulet aux oignons rouges,
mayonnaise à l'aneth (sans lait et sans œufs)
Bol de fraises, lait**

**Muffin aux
framboises**

Mercredi

**Bol de fruits
saisoniers,
lait**

**Velouté d'épinard à l'ail
Macaroni chinois au tofu avec choux nappas, poivrons rouges et oignons,
sauce au soya et gingembre
Yogourt crémeux aux pêches, lait**

**Variété de pains,
marmelade et
beurre de soya**

Jeudi

**Yogourt fouetté
à la vanille**

**Salade de laitue romaine aux tomates, vinaigrette balsamique à l'ail
Pot-au-feu de bœuf aux navets, carottes, choux de Savoie
et pommes de terre persillées
Raisins, lait**

**Pain au raisin et
fromage à la crème**

Vendredi

**Céréales
et lait**

**Crème aux poireaux à la ciboulette
Poêlée de dinde et riz aux poivrons, oignons et choux verts,
sauce tomate à l'ail
Poire, lait**

**Tarte aux pommes,
fromage Oka**