

Menu de la semaine du 16 au 20 février 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

**Bol de
fruits frais :
raisins verts et
pommes, lait**

**Crème de céleris raves au sirop d'érable
Casserole de tofu aux tomates, poireaux et poivrons à l'ail,
quinoa à l'estragon
Mousse crémeuse à la vanille, lait**

**Pain au blé entier,
beurre de soya**

Mardi

**Bol de
fruits frais :
oranges et
poires, lait**

**Soupe minestrone de légumes aux nouilles
Frittata de poivrons et oignons au basilic, fromage cheddar râpé
Compote de pommes et framboises, lait**

**Muffin
aux bleuets**

Mercredi

**Banane et
beurre de soya**

**Salade de laitue mesclun vinaigrette balsamique au persil italien
Chili de légumineuses aux petits légumes, riz pilaf à l'ail
Pomme, lait**

**Craquelins au
blé entier,
trempette
d'haricots rouges
à la coriandre**

Jeudi

**Bol de
fruits frais :
kiwis et
clémentines, lait**

**Salade de betterave aux échalotes vertes, vinaigrette aux pommes
Spaghettis au poulet, poivron et épinard, sauce béchamel au parmesan
Tranche d'ananas, lait**

**Croustade
de pommes
à la cannelle**

Vendredi

**Bol de
fruits frais :
mandarines et
raisins rouges,
lait**

**Velouté de brocolis à la ciboulette
Filet de merlu poêlé à la ciboulette,
pommes de terre rôti au safran et carottes sautées
Yogourt fouetté aux pêches, lait**

**Collations variées :
pâtisseries
faites maison**