

# Menu de la semaine du 25 au 29 mai 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

*Lundi*

**Bol de fruits  
frais variés,  
lait**

**Salade mexicaine : maïs, concombre, tomate et vinaigrette à la lime  
Fajitas de tortillas au blé entier au poulet, poivron et fromage râpé  
Assiette d'ananas frais, lait**

**Pain pita,  
guacamole au tofu  
soyeux**

*Mardi*

**Bol de fruits  
frais :  
pommes et  
fraises, lait**

**Assiette de crudités : concombres et poivrons  
Sandwich sur pain tranché au blé entier aux œufs et oignons rouges,  
mayonnaise végan à l'aneth  
Pomme, lait**

**Bagel au blé entier,  
trempeuse au  
fromage à la  
crème, yogourt  
grec, ciboulette  
et ail**

*Mercredi*

**Banane et  
beurre de soya**

**Sauté de tofu au sésame, riz basmati au gingembre  
et poêlée de petits pois et carottes  
Bol de fraises, lait**

**Chips de tortillas,  
salsa aux haricots  
rouges**

*Jeudi*

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

**Salade de macaroni au jambon, tomate et concombre, vinaigrette crémeuse  
au sirop d'érable et échalote verte  
Parfait aux pêches, lait**

**Tranches de melons  
variés, trempeuse  
à la ricotta  
et aux mangues**

*Vendredi*

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

**Salade de concombre, oignon rouge et ail,  
vinaigrette au yogourt grec et citron  
Croque-en-thon aux légumes rôtis au fromage cheddar  
sur un muffin anglais au blé entier  
Yogourt aux fraises, lait**

**Barre tendre  
maison sans  
cuisson**