

Menu de la semaine du 6 à 10 juillet 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

Assiette de
melons tranchés,
lait

Boulettes de bœuf aigres-douces, riz basmati au curcuma et brocolis sautés
Yogourt aux mangues, lait

Craquelins et
œufs cuits durs

Mardi

Bol de fruits
frais :
nectarines et
fraises, lait

Assiette de crudités : tomates et concombres
Sandwich au saumon et oignon rouge sur pain à hamburger,
mayonnaise végan à l'aneth
Pomme, lait

Tortillas de blé
entier à la
cannelle, compote
de pommes
et fraises, lait

Mercredi

Banane et
beurre de soya

Salade de laitue mesclun aux céleris, vinaigrette au xérès
Quiche aux épinards, tomates séchées et fromage fêta
Assiette d'ananas, lait

Étagé de chia
aux bleuets

Jeudi

Bol de fruits
frais :
pommes et
pêches, lait

Salade repas d'orzo au poulet rôti, tomate, concombre, poivron
et fromage cheddar
Crème glacée à la vanille, lait

Carré
aux dattes

Vendredi

Bol de fruits
frais variés,
lait

Salade de pousses d'épinard aux fraises, vinaigrette aux framboises
Feuilleté méditerranéen au tofu et poivrons, fromage cheddar râpé
Pêche, lait

Boules
d'énergie