

Menu de la semaine du 17 au 21 août 2026

Collation du matin

Dîner

Collation d'après-midi

Lundi

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

**Salade mexicaine : maïs, concombres, tomates et vinaigrette à la lime
Fajitas de tortillas au blé entier au poulet, poivron, oignon et fromage râpé
Pêche, lait**

**Pain pita, tartinaide
au tofu soyeux,
lime et coriandre**

Mardi

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

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

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

Mercredi

**Bananes et
beurre de soya**

**Sauté de tofu au sésame, riz basmati au gingembre
et poêlée d'haricots verts
Prune, lait**

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

Jeudi

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

**Salade de macaronis au jambon, tomates et concombres,
vinaigrette crémeuse au sirop d'érable et échalotes vertes
Parfait aux pêches, lait**

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

Vendredi

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

**Salade de concombres, oignons rouges et ail, vinaigrette yogourt et citron
Croque-en-thon aux légumes rôti au fromage cheddar
sur un muffin anglais au blé entier
Yogourt aux fraises, lait**

**Collations variés,
lait**