

Menu de la semaine du 21 au 25 septembre 2026

*Collation
du matin*

Dîner

*Collation
d'après-midi*

Lundi

**Bol de fruits
frais : prunes
et raisins
rouges,
lait de soya**

**Salade de laitue mesclun vinaigrette au xérès
Fusillis alfredo au poulet et légumes
Pomme, lait**

**Muffin aux
framboises,
lait**

Mardi

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

**Salade mexicaine : maïs, concombres, tomates et vinaigrette à la lime
Burritos de bœuf aux haricots rouges (tortillas de blé entier)
Tranche d'ananas, lait**

**Gâteau
au citron,
lait**

Mercredi

**Banane et
beurre de soya**

**Saumon teriyaki rôti au four, riz basmati au curcuma et poêlée de brocolis
Pêche, lait**

**Bagel et
fromage
à la crème**

Jeudi

**Assiette de
melons
tranchés, lait**

**Vol-au-vent aux œufs, sauce béchamel et macédoine de légumes sautés au persil
Compote de pommes et poires, lait**

**Boules
d'énergie**

Vendredi

**Bol de fruits
frais : pommes
et kiwis,
lait de soya**

**Ragoût de pois chiches à l'indienne aux patates douces et pommes de terre,
choux fleurs sautés au cumin
Yogourt fouetté à la vanille, lait**

**Chips de
tortillas
au blé entier,
trempette aux
haricots rouges**