

MENU HIVER 2025

Semaine 1

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
16 déc. 24 20 janv. 25 24 fév. 25	COLLATION AM	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
	ENTRÉE	Concombre	Salade d'épinards et mandarine	Carottes et trempette	V-8	Crème de légumes
	METS PRINCIPAL	Nouilles au poulet	Tofu à la chinoise et riz	Sandwich à la tartinade de poulet (du CPE et non du traiteur)	Boulettes de veau aux pêches, p.d.t. pilées	Croque-monsieur au thon
	COMPLÉMENT DE REPAS	Compote de fruits	Gâteau aux bananes	Salade de fruits	Carré de yogourt et canneberges	Carré à la guimauve
	COLLATION PM	Gâteau au citron	Triscuit et fromage à la crème	Céréales de son de maïs et boisson de soya	Fromage et fruits	Collations assorties

Semaine 2

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
23 déc. 24 27 janv. 25 3 mars 25	COLLATION AM	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
	ENTRÉE	Tomate cerise	V-8 et grissol	Salade César	Carottes	Biscuits soda et fromage
	METS PRINCIPAL	Spaghetti végétarien	Pain de saumon, légumes	Boulettes aux champignons et riz	Quiche aux légumes et fromage	Poulet à l'érable, macédoine et vermicelle
	COMPLÉMENT DE REPAS	Salade de fruits	Yogourt	Made Good	Carrés aux dattes	Compote de fruits
	COLLATION PM	Pain aux betteraves et carottes	Biscuitsavoine + lait	Galette de riz, beurre de pomme	Triscuit et wow butter	Collations assorties

Semaine 3

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
30 déc. 24 3 fév. 25 10 mars 25	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	Concombre	Salade d'épinards et clémentines	Salade de chou	Tomate	V- 8
	METS PRINCIPAL	Petit pain à la tartinade de jambon (du CPE et non du traiteur)	Mijoté de porc	Pain de veau aux épinards, p.d.t, navets en purée	Pépites de morue, riz carottes et pois	Cube de tofu mariné et couscous
	COMPLÉMENT DE REPAS	Pêche en dés	Pain aux courgettes	Biscuit aux fruits	Pouding vanille	Velours aux poires + social thé
	COLLATION PM	Pita + tartinade de tofu	Craquelin + fromage à la crème	Légume + trempette	Hummus + melba	Collations assorties

MENU HIVER 2025

Le menu est sujet à changement pour ajustement nutritionnel

Semaine 4

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
6 jan. 25 10 fév. 25 17 mars 25	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	Salade de chou	Bâtonnets de carotte et hummus	Crudités	Crudités	V8
	METS PRINCIPAL	Sandwich grillé aux œufs (Préparation à part)	Poisson à la grecque, orzo	Bœuf aux légumes	Fusilli à la viande	Pâté au poulet
	COMPLÉMENT DE REPAS	Biscuit au gruau	Barre de rêves	Pêches en mousseline	Compote de fruits ananas et pêche	Gâteau à l'ananas
	COLLATION PM	Cheerios multi-grains + lait de soya	Salade de fruits et social thé	Raisins et fromage	Biscuit croquant au son Style de vie et lait	Collations assorties

Semaine 5

DATES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
13 jan. 25 17 fév. 25 24 mars 25	COLLATION AM	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais	Fruit frais
	ENTRÉE	V8	Salade César	Crudités	Concombres	Salade verte
	METS PRINCIPAL	Bouchée de poisson, pdt et carottes	Chili légumineuses et bœuf + tortillas	Croquette de jambon et brocoli	Quiche	Lasagne crémeuse au poulet et épinards
	COMPLÉMENT DE REPAS	Pouding caramel	Galette à la mélasse	Salade de fruits	Pattes d'ours + ½ banane	Muffin aux pommes
	COLLATION PM	Légumes + trempette + craquelins	Made Good	Bagel et fromage à la crème	Renversé à la cannelle	Collations assorties