|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Sem. 1** | **Collation AM** | Fruits | Fruits | Fruits | Fruits | Céréales et lait |
| **Diner** | Poisson sauce rosée  riz aux légumes | Spaghetti végé  Salade César | Omelette aux légumes et pesto  Salade du chef | Vol-au-vent au thon | Pâtes chinoise au tofu |
| **Dessert** | Compote de fruits et  biscuits | Croustade aux fruits | Biscuit aux pépites de chocolat | Gâteau frigidaire | Jell-O |
| **Collation PM** | Galette de gruau et raisins | Hummus et craquelins | Fromage et craquelins | Boule au brownies et tofu | Galette à la mélasse |
| **Sem. 2** | **Collation AM** | Fruits | Fruits | Fruits | Fruits | Céréales et lait |
| **Diner** | Chaudrée de lentilles et légumes  Couscous | Mini pain de viande et pomme de terre  Salade d’épinards | Lasagne aux légumes et tofu | Soupe thaïe au poulet  Rouleaux impériaux | Mini-burger au porc effiloché  Salade de chou |
| **Dessert** | Mousse aux fruits | Poudding | Yogourt et son coulis de fruits | Muffin aux dattes | Carré à la guimauve |
| **Collation PM** | Galette de pois chiches et chocolat | Biscuit choco/bananes | Tortillas grillés et sa trempette d’épinards | Bagel et fromage à la crème | Galette de riz et beurre de soya |
| **Sem. 3** | **Collation AM** | Fruits | Fruits | Fruits | Fruits | Céréales et lait |
| **Diner** | Torsades de tomates et saucisses  Salade du chef | Boulettes aux pêches  Riz et brocoli | Porc strogonoff  Purée de pommes de terre | Soupe repas aux légumes  Craquelins | Rouelle à la grecque  Pomme de terre grec.  Salade grecque |
| **Dessert** | Compote de pommes et biscuits | Croustade aux fruits | Biscuit aux pépites de chocolat | Gâteau frigidaire | Jell-O |
| **Collation PM** | Galette de gruau et raisins | Hummus et craquelins | Fromage et craquelins | Boule au brownies et tofu | Galette à la mélasse |
| **Sem.4** | **Collation AM** | Fruits | Fruits | Fruits | Fruits | Céréales et lait |
| **Diner** | Bœuf fiesta en casserole  Concombres | Hot-chicken  Pois vert | Muffin au jambon et brocoli  Salade 3 couleurs | Boucles à la mexicaine | Wrap de saucisse  Crudités  Crème de butternut |
| **Dessert** | Mousse aux fruits | Poudding | Yogourt et son coulis de fruits | Muffin aux dattes | Carré à la guimauve |
| **Collation PM** | Galette pois chiche et pépites de chocolat | Biscuit choco/banane | Tortillas grillés et sa trempette d’épinards | Bagel et fromage à la crème | Galette de riz et beurre de soya |