

What's on the *winter* menu this week?

Semaine 1

*Crudités variées =carotte, concombre, tomate, champignon, poivron, brocoli, céleri, haricot, chou-fleur, etc.

*des pommes fraîches accompagnent toutes les collations PM

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
Collation	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Diner	<p>Concombres</p> <p>Chili végétarien, pain naan, crème sûre et fromage</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Ragoût de légumineuses à l'indienne, Riz basmati, Carottes et chou-fleur rôtis</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Quiche brocoli et oignon caramélisé, Salade de quinoa et tomates</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Casserole étagée de coquillettes au poulet, haricots verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Chaudrée de poisson, Craquelins à la betterave</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Galette de riz et beurre de soya	Carré choco-betterave	Pita aux fruits et fromage à la crème	Pain à la courgette	Galette à l'avoine



We love you so much Paule!

What's on the *winter* menu this week?

Semaine 2

*Crudités variées =carotte, concombre, tomate, champignon, poivron, brocoli, céleri, haricot, chou-fleur, etc.

*des pommes fraîches accompagnent toutes les collations PM

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
Collation	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Diner	<p>Concombre</p> <p>Saumon laqué au miel, vermicelle de riz et courgettes à l'ail</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Poulet au beurre, riz basmati et brocolis rôtis</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Fritata aux pommes de terre et poivrons rouges, salade quinoa-tomate-concombre</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Rigatoni crémeux au thon, haricots verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe repas aux lentilles rouges, craquelins à la betterave</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Fromage et craquelins	Carré aux fruits	Fromage en grain et bâtonnets de céleri	Galette à l'avoine et aux petits fruits	Touski



We love you so much Paule!

What's on the *winter* menu this week?

Semaine 3

*Crudités variées =carotte, concombre, tomate, champignon, poivron, brocoli, céleri, haricot, chou-fleur, etc.

*des pommes fraîches accompagnent toutes les collations PM

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
Collation	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Diner	<p>Crudités variées*</p> <p>Mac N cheese crémeux à la courge butternut, Haricots verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Concombre</p> <p>Crème de brocoli et Quésadillas à la dinde</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pain de légumineuses et sa sauce tomatée, salade de concombre et petits pois verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Poulet glacé à la canneberge sur lit de riz basmati, brocoli rôti</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe repas au poisson blanc style bouillabaisse</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Craquelins et baba ghanouj	Mélange granola Paulinette	Pita grillé et trempette guacamole	Yogourt et coulis de cassis du verger	Galettes d'attes-mélasse



We love you so much Paule!

What's on the *winter* menu this week?

Semaine 4

*Crudités variées =carotte, concombre, tomate, champignon, poivron, brocoli, céleri, haricot, chou-fleur, etc.

*des pommes fraîches accompagnent toutes les collations PM

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
Collation	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Diner	<p>Crudités variées*</p> <p>Sauté de faux-bœuf coréen sur lit de riz basmati et courgettes à l'ail</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pizza végé au chou-fleur, salade César</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Émincé de poulet façon stroganoff sur lit de pâtes aux œufs</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pâté au saumon sans croûte avec sa sauce aux œufs, chou-fleur rôti au four</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe minestrone, fromage en grain</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Fromage et craquelins	Trempeur Gigi et pain des fleurs	Biscuit au potiron	Muffin aux petits fruits du verger	Touski



We love you so much Paule!