



MENU 23-24 SEMAINE CINQ

LUNDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Quiche au thon et tomates

Œufs, thon, **fromage mozzarella**, tomates, oignons, **crème**, coulis de tomates, beurre, farine tout usage, poudre à pâte, sel et poivre

Riz basmati complet

Pommes de terre, huile de canola, épices, sel et poivre

Légumes vapeurs

Brocolis, bouillon de poulet

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Compote de pommes et galette de riz

Compote de pommes sans sucre et galette de riz

MERCREDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pain de viande aux crottes de fromage

Bœuf, **fromage en grains**, chapelure, ail, oignons, épices, **œufs**, tomate, moutarde, sel et poivre, carottes râpées, sauce Worcestershire

Purée de patate

Pommes de terre, crème, beurre, muscade, sel et poivre

Légumes du moment

Carottes au miel, sel.

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Biscuits à la banane et confettis

Bananes, **œufs**, farine tout usage, sucre, **beurre**, poudre à pâte, bicarbonate de soude, essence de vanille et confettis

VENDREDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Macaroni au blé complet aux fromages

Macaroni, **beurre**, farine tout usage, **lait**, **crème 35**, épices, **fromage cheddar**, sel et poivre

Légumes vapeurs

Choufleurs

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

MARDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pâtes aux légumes à la sauce rosée

Carottes, céleri, tomates, basilic frais, parmesan, crème, sel et poivre

Poulet pané maison

Poulet, chapelure italienne, œufs.

Crudités

Concombres

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Muffins à l'orange

Farine tout usage, flocons d'avoine, poudre de graines de citrouilles, graines de chia, poudre à pâte, margarine, sucre, œufs, essence de vanille et orange

JEUDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Potage de carottes

Pois verts, poireaux, pommes de terre, gingembre, ail, oignons, carottes, **fromage Philadelphia**, **crème**, sel et poivre

Tartinade d'œufs

Œufs durs, échalotes, persil, **mayonnaise**, jus de citron, sel et poivre

Pain maison Rolls

Farine, sucre, sel, **lait**, **beurre**, levure boulangère, **œufs**

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Fromage et craquelins à la betterave

Fromage et craquelins du commerce

