



## MENU D'ÉTÉ SEMAINE 3

### LUNDI

---

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Wraps au poulet

Poulet, **fromage Philadelphia**, céleri, mayonnaise

#### Salade de concombre et feta

Vinaigre balsamique, **crème 35**, **feta** et concombre

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Galettes d'avoine aux fraises

Farine bio, avoine, beurre de soya, fraises, **œufs**, sucre

### MERCREDI

---

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Salade de riz et poulet

Curcuma, cari, pommes, **fromage**, poivrons, carotte râpée, maïs

#### Vinaigrette

**Yogourt**, mayonnaise, moutarde de Dijon, miel

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Biscuits double chocolat

**Œuf**, **beurre**, farine, sucre, cacao non sucré, chocolat noir

### VENDREDI

---

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Macaroni chinois au bœuf

Soya, poivrons, ail, oignons, bouillon de bœuf, céleri

#### Salade de carottes

Carottes, canneberges

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

### MARDI

---

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Salade mexicaine

Couscous, base de poulet, céleri, maïs, haricots rouges, échalotes, poivrons verts et rouges, concombre, tomates

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Yogourt et granola maison

**Yogourt à la vanille**, biscuits Graham, **beurre** et sirop d'érable

### JEUDI

---

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Burger végétarien

**Halloumi**, salade, tomates, mayonnaise

#### Salade verte

Vinaigrette

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Craquelins et Hummus

#### Jus de fruits glacé