



# MENU HIVER 25-26

## SEMAINE QUATRE.

### LUNDI .

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Croissant de poulet

Poitrine de poulet, **mayonnaise**, céleri, sel , poivre

#### Salade de quinoa

Quinoa, tomate, concombre, maïs

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Muffin à la noix de coco et brisures de chocolat noir

Farine tout usage, flocons d'avoine, poudre à pâte, noix de coco râpées, lait végétale, margarine, brisures de chocolat noir, sucre et œufs

### MERCREDI.

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Pain de viande aux pommes

Boeufs, chapelure de pains, oeufs, pommes, moutarde, sauce worcestershire, compote de pommes, cassonade, ketchup, ails, sel et poivre

#### Riz

Riz étuvés, bouillon de poulet, oignons, sel et poivre

#### Crudités

Concombres

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Yogourt à la vanille et biscuits

du commerce

### VENDREDI .

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Saumon

Poivrons rouge, ail, pâte de tomate, miel,

#### Salade verte

#### Couscous

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

### MARDI.

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Croquettes de tofu sauce moutarde et miel

**Tofu**, rice krispies, œufs, épices, farine, huile de canola, mayonnaise, ketchup, moutarde et miel

#### Légumes vapeurs

Brocolis

#### Pates

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Baguette de pain et Boursin

du commerce

### JEUDI.

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Potage de chou-fleur

Choux-fleurs, pommes de terre, ails, gingembre, oignons, huile d'olive, **fromage mozzarella**, **lait**, sel et poivre

#### Fromage

#### Pain naan

#### Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

#### Biscuits au beurre de soya

**Beurre de soya**, margarine, farine tout usage, **œufs**, sucre, sel, bicarbonate de soude, poudre à pâte, cassonade, essence de vanille

