



MENU ÉTÉ SEMAINE 2

LUNDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Coquillettes au saumon

Ails, jus de citron, cheddar, petit pois

Salade de concombre

Huile, vinaigre, crème 35, sel, poivre, oignon rouge

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pita et sa sauce salsa, crème sure et haricot noir

MERCREDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pain maison et tartinade d'œufs

Œufs, farine, moutarde, beurre, levure, mayonnaise, sucre, sel

Crudités croquantes et sa sauce maison

Carottes, concombre, poivron et céleri. Avocat et Philadelphia.

Biscuits randonneurs

Farine, beurre, avoine, canneberge, dattes, abricot, graine de chia, graine de citrouille

VENDREDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Croquette de choux-fleurs

Quinoa, choux-fleurs, yogourt grec, cari, curcuma, avoine, farine, parmesan, chapelure, huile.

Salade de légumineuses

Avoine Pois chiches, haricot rouge, haricot noir, haricot blanc, concombre, pommes et canneberge

Cornet de crème glacée

MARDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pain de viande

Bœuf, oignons, sauce barbecue maison, carotte râpée, moutarde, **Œuf**.

Patates pilées Carottes au miel

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Fromage et raisin

JEUDI

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Fajitas de poulet

Salsa, poulet, poivrons, mais, crème sure

Patate en cubes

Salade César

Vinaigrette César, croutons, parmesan

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Muffin à la banane

Banane, farine, sucre, œuf, avoine

