

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

Semaine 1

**De l'eau est offerte à tous les repas et tout au long de la journée*

**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	Concombres et tomates Chili mexicain à la volaille, pain naan, crème sûre et fromage Compote de pomme maison	Crudités variées* Ragoût de légumineuses à l'indienne, Riz basmati, Carottes et chou-fleur rôtis Compote de pomme maison	Crudités variées* Quiche aux carottes et oignons caramélisés, Salade de quinoa et tomates Compote de pomme maison	Crudités variées* Casserole étagée de coquillettes au poulet, haricots verts Compote de pomme maison	Crudités variées* Chaudrée de poisson, Craquelins à la betterave Compote de pomme maison
Collation *	Muffin aux bananes	Fromage et craquelins	Trempeuse Gigi et crudités	Yogourt et granola maison	Galette à l'avoine



We love you so much Cynthia!

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

Semaine 2

**De l'eau est offerte à tous les repas et tout au long de la journée*

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

**des pommes fraîches accompagnent toutes les collations PM*

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Diner	Concombres et tomates Saumon laqué au miel, vermicelle de riz et courgettes à l'ail Compote de pomme maison	Crudités variées* Volaille façon pain de viande, petits pois verts et purée de pomme de terre Compote de pomme maison	Crudités variées* Sauté de tofu asiatique sur lit de riz basmati, brocolis rôtis Compote de pomme maison	Crudités variées* Coquilles au thon à l'italienne, haricots verts Compote de pomme maison	Crudités variées* Soupe repas aux lentilles rouges, craquelins à la betterave et cubes de fromage Compote de pomme maison
Collation *	Muffin aux fruits du verger	Fromage et craquelins	Tortillas miel et banane	Carré aux fruits	Galette à l'avoine



We love you so much Cynthia!

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

Semaine 3

**De l'eau est offerte à tous les repas et tout au long de la journée*

*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	Crudités variées* Mac N cheese crémeux à la courge butternut, Haricots verts Compote de pomme maison	Concombres et tomates Crème de brocoli et Quésadillas à la dinde Compote de pomme maison	Crudités variées* Pain de légumineuses et sa sauce tomate, carottes rôties Compote de pomme maison	Crudités variées* Poulet au beurre sur lit de riz basmati, brocoli rôti Compote de pomme maison	Crudités variées* Soupe repas aux nouilles et légumes, fromage en grain Compote de pomme maison
Collation *	Muffin aux bananes	Fromage et craquelins	Tapioca	Pita aux fruits et fromage à tartiner	Galettes datte-mélasse



We love you so much Cynthia!

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

Semaine 4

***De l'eau est offerte à tous les repas et tout au long de la journée**

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

*des pommes fraiches 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	Crudités variées* Soupe minestrone au poulet et petits pains chauds Compote de pomme maison	Crudités variées* Chili à la dinde, fromage, crème sûre et pain naan Compote de pomme maison	Crudités variées* Quiche aux carottes caramélisées, salade de quinoa et concombre Compote de pomme maison	Crudités variées* Casserole de coquillettes étagée au poulet, courgettes à l'ail Compote de pomme maison	Crudités variées* Sandwiches au thon, cubes de fromage Compote de pomme maison
Collation *	Fromage et craquelins	Yogourt et granola	Fruits secs et céréales	Pattes d'ours maison	Muffin aux canneberges



We love you so much Cynthia!