

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

Semaine 1

*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	<p>Concombres</p> <p>Chaudrée de poisson, Craquelins à la patate douce</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Quiche brocoli et oignon caramélisé, Salade de quinoa et tomates</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Ragoût de légumineuses à l'indienne, Riz basmati, Carottes et chou-fleur rôtis</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Galettes de poisson, trempeuse yogourt-citron, petite salade de pâtes à la fleur d'ail et aux légumes frais</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe Ramen au poulet et au chou chinois</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Galette de riz et beurre de soya	Carré choco-betterave	Pita aux fruits et fromage à la crème	Pain à la courgette	Galette à l'avoine



We love you so much Paule!

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

Semaine 2

*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	<p>Concombre</p> <p>Saumon laqué au miel, vermicelle de riz et haricots verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Poulet au beurre, riz basmati et brocolis rôtis</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Omelette aux légumes et petites patates rôties</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Bâtonnets de tofu en croquettes, trempette yogourt-miel, chow mein aux légumes</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe repas aux lentilles, craquelins aux betteraves</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Fromage et craquelins	Carré aux fruits	Fromage en grain et bâtonnets de céleri	Galette à l'avoine et aux petits fruits	Touski



We love you so much Paule!

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

Semaine 3

*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	<p>Crudités variées*</p> <p>Mac N cheese crémeux à la courge butternut Haricots verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Concombre</p> <p>Crème de brocoli et Quésadillas à la dinde</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pâté parmentier végétarien, Courgettes à l'ail</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pain de légumineuses et sa sauce tomatée, salade de concombre et petits pois verts</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Potage de légumes, muffins au fromage et poivrons rouge</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Craquelins et baba ghanouj	Mélange granola Paulinette	Pita grillé et trempette guacamole	Yogourt et coulis de cassis du verger	Galettes d'atte-mélasse



We love you so much Paule!

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

Semaine 4

*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	<p>Crudités variées*</p> <p>Sauté de faux-bœuf coréen sur lit de riz basmati et courgettes à l'ail</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pizza poulet et chou-fleur, salade césar</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pâtes romanesco gratinées, haricots verts à la vapeur</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Pâté au saumon sans croûte avec sa sauce aux œufs, chou-fleur rôti au four</p> <p>Compote de pomme maison</p>	<p>Crudités variées*</p> <p>Soupe minestrone, fromage en grain</p> <p>Compote de pomme maison</p>
Collation *	Fromage et craquelins	Trempeur Gigi et pain des fleurs	Biscuit au potiron	Muffin aux petits fruits du verger	Touski



We love you so much Paule!