



MENU AUTOMNE 2024 SEMAINE 4.

LUNDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Macaroni aux fromages

Pâtes alimentaires, **beurre**, farine, assaisonnements, **lait**, bouillon de poulet, **fromage** cheddar, **fromage** havarti et **fromage** velveeta

Légumes du moment

Carottes vapeurs et autres légumes selon la disponibilité et la saison

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pain aux bananes

Farine tout usage, poudre à pâte, bicarbonate de soude, bananes, lait de coco, jus de citron, beurre, sucre, **oeufs** et vanille

MERCREDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Pâté au saumon

Pâte à tarte maison (farine tout usage, sel, **beurre**, eau), saumon, pomme de terre, persil, oignons, sel et poivre.

Sauce aux oeufs

Beurre, farine tout usage, **lait**, muscade, **oeufs** cuit dure

Couscous aux légumes

Couscous, bouillon de poulet, poireaux, oignon, carottes, persil, sel et poivre

Légumes du moment

Selon la saison et la disponibilité

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Trempelette festive et biscuits graham

Fromage à la crème, yogourt grec, sucre, vanille, poudre de cacao et biscuits du commerce

VENDREDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Boulettes suédoise

Chapelure, oignons, boeuf haché, dinde haché, **lait**, **oeufs**, muscade, **beurre**, farine tout usage, bouillon de poulet, **crème 35%**

Purée de pomme de terre

Pomme de terre, **beurre**, **fromage à la crème**, persil, ciboulette, sel et poivre

Légumes vapeur

Haricots vert

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

MARDI.

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Fajitas de poulet

Poitrine de poulet, assaisonnements, poivrons, oignons, **fromage**, tortillas, tomates et **crème sure**

Frites de pommes de terre maison

Pomme de terre, huile d'avocat, assaisonnements et oignons

Salade César

Salade romaine, **parmesan**, crouton de pain maison (pain baguette, huile d'avocat, assaisonnements)

Vinaigrette César maison

Oeufs, jus de citron, ails, câpre, huile d'avocat et pâte d'anchois

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Compote de pommes et biscuits

Compote de pommes du commerce et biscuits du commerce

JEUDI .

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Chili de boeuf et haricots rouges

Bœuf halal. huile de canola, oignon, ail, assaisonnement, tomate broyé, haricot rouge, bouillon de poulet, ketchup et jus de citron

Croustilles de tortillas maison

Tortillas, huile de d'avocat, sel

Crudités

Concombre

Fruits frais

Fruits du moment, se référer au tableau

Biscuits au chocolat et graines de chia

Graines de chia, farine tout usage, féculé de maïs, poudre de cacao, cannelle, bicarbonate de soude, poudre à pâte, sel, **oeuf**, sucre, mélasse, huile de noix de coco, brisures de chocolat

Yogourt et granola maison

Yogourt du commerce et granola maison (biscuits graham, beurre, sirop d'érable, sel)

