

Menus automne-hiver (octobre 2025 à mars 2026)

	A	B	C	D	E
L U N D I	Pâtes sauce rosée au poulet + salade verte Dessert : Compote Collations : Fruit frais Céréales	Pâté au poulet + salade César Dessert : Compote Collations : Fruit frais Gruau ou céréales	Macaroni chinois au bœuf et légumes Dessert : Yogourt Collations : Fruit frais Gruau ou céréales	Couscous végétarien Dessert : Fruits en conserve Collations : Fruit frais Céréales	Salade d'orzo aux pois chiches et légumes Dessert : Compote Collations : Fruit frais Œuf et craquelins
M A R D I	Longe de goberge sauce tomate + salade de pâtes Dessert : Fruit frais Collations : Fruit frais Œufs et craquelins	Riz à la mexicaine + salade mesclun Dessert : Fruits en conserve Collations : Fruit frais Céréales	Longe de goberge Sauce aux légumes + riz Dessert : Fruits en conserve Collations : Fruit frais Yogourt et granolas	Pâté au saumon + salade verte Dessert : Fruit frais Collations : Fruit frais Galette de riz et fromage à la crème	Boulettes de bœuf BBQ + purée de pommes de terre, courges et carottes Dessert : Galette multigrains Collations : Fruit frais Gruau ou céréales
M E R C R E D I	Soupe au lait de coco, vermicelle de riz, tofu et légumes Dessert : Croustade aux pommes Collations : Fruit frais Galette de riz et fromage crème	Boulettes de bœuf en sauce créole + riz pilaf + crudités Dessert : Galette Collations : Fruit frais Fromage et craquelins	Chili végétarien +croustilles de maïs Dessert : Fruit frais Collations : Fruit frais Fromage et craquelins	Spaghetti sauce à la viande (bœuf) + salade César Dessert : Yogourt à boire Collations : Fruit frais Compote et biscuit	Lasagne tacos + salade César Dessert : Yogourt Collations : Fruit frais Tartinade de thon et pitas
J E U D I	Chili con carne (bœuf) + croustilles de maïs Dessert : Yogourt Collations : Fruit frais Tortillas et tartinade de soya et bananes	Lasagne végétarienne + petit pain de blé Dessert : Fruit frais Collations : Fruit frais Œuf et craquelins	Boulettes de bœuf et légumes Stroganoff + purée de pommes de terre Dessert : Pouding Collations : Fruit frais Galette de riz et fromage à la crème	Pizza à la grecque + crudités Dessert : Galette Collations : Fruit frais Tortillas et tartinade de thon	Tofu et légumes général Tao + riz Dessert : Fruit frais Collations : Fruit frais Céréales
V E N D R E D I	Omelette au pesto et feta + salade mesclun Dessert : Galette Collations : Fruit frais Barres de céréales	Sloppy Joe (bœuf) + salade de chou Dessert : Carré aux fruits Collations : Fruit frais Bouchées de céréales et beurre de soya	Strata aux épinards + salade mesclun Dessert : Galette Collations : Fruit frais Pain ou muffin	Vol-au-vent au poulet sauce brune + légumes chauds Dessert : Compote Collations : Fruit frais Barre de céréales	Pâtes bolognaises (bœuf) + crudités Dessert : Pain ou muffin Collations : Fruit frais Tortillas et tartinade de soya et bananes
	29 septembre au 3 octobre 3 au 7 novembre 8 au 12 décembre 26 au 30 janvier 2 au 6 mars	6 au 10 octobre 10 au 14 novembre 15 au 19 décembre 2 au 6 février 9 au 13 mars	13 au 17 octobre 17 au 21 novembre 5 au 9 janvier 9 au 13 février 16 au 20 mars	20 au 24 octobre 24 au 28 novembre 12 au 16 janvier 16 au 20 février 23 au 27 mars	27 au 31 octobre 1 ^{er} au 5 décembre 19 au 23 janvier 23 au 27 février 30 mars au 3 avril

***Les collations contenant un fruit frais peuvent être accompagnées de biscuits digestifs ou de céréales selon l'appétit des enfants.**