Centre éducatif Rayon de Soleil / Menu mensuel

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Semaine 1 | Semaine 2 | Semaine 3 | Semaine 4 | Semaine 5 |
| Céréales bananes et fraise (eau)  Sauté au bœuf, riz, pain et légumes (lait) Smoothie  Craquelins, fromage et humus (eau) | **Céréales bananes et fraise (eau)**  **Dinde, sauce avec riz, petits pois et croissants (lait) Smoothie**  **Craquelins, fromage et humus (eau)** | **Céréales bananes et fraise (eau)**  **Ragoût au poulet, haricots et croissants (lait)**  **Smoothie**  **Craquelins, fromage et humus (eau)** | **Céréales bananes et fraise (eau)**  **Riz frit aux légumes, poulet et petit pain (lait)**  **Smoothie**  **Craquelins, fromage et humus (eau)** | **Céréales bananes et fraise (eau)**  **Ragoût aux bœuf et légumes, petit pain (lait)**  **Smoothie**  **Craquelins, fromage et humus (eau)** |
| Bagel avec fromage à la crème (eau)  Casserole à la dinde, patates et petit pain (lait)  Salade de fruit  Biscuit au gruau et pomme (eau) | **Bagel avec fromage à la crème (eau)**  **Jambon, patates, légumes (lait)**  **Salade de fruit**  **Biscuit au gruau et pomme (eau)** | **Bagel avec fromage à la crème (eau)**  **Pâté chinois et pain (lait)**  **Salade de fruit**  **Biscuit au gruau et pomme (eau)** | **Bagel avec fromage à la crème (eau)**  **Boulettes de viandes, patates douces et brocoli (lait)**  **Salade de fruit**  **Biscuit au gruau et pomme (eau)** | **Bagel avec fromage à la crème (eau)**  **Casserole aux choux farcis de dinde et croissant (lait)**  **Salade de fruit**  **Biscuit au gruau et pomme (eau)** |
| Gruau (eau)  Pâte crémeuse à l’ail, pois et carotte  (lait)  Sauce aux pommes  Raisins et fromage (lait) | **Gruau (eau)**  **Macaroni à la viande et tomates**  **(lait)**  **Sauce aux pommes**  **Raisins et fromage (lait)** | **Gruau (eau)**  **Spaghetti et salade césar**  **(lait)**  **Sauce aux pommes**  **Raisins et fromage (lait)** | **Gruau (eau)**  **Lasagne et salade jardin**  **(lait)**  **Sauce aux pommes**  **Raisins et fromage (lait)** | **Gruau (eau)**  **Macaroni au fromage poulet et petit pain (lait)**  **Sauce aux pommes**  **Raisins et fromage (lait)** |
| Pain au raisins (eau)  Casserole au pâté au poulet (lait)  Pudding  Yogourt et baies (eau) | **Pain au raisins (eau)**  **Pizza aux légumes avec salade aux pommes et brocoli (lait)**  **Pudding**  **Yogourt et baies (eau)** | **Pain au raisins (eau)**  **Poitrine de dinde avec patates pilées, carotte et navets (lait)**  **Pudding**  **Yogourt et baies (eau)** | **Pain au raisins (eau)**  **Sauté de légumes, nouille et poulet (lait)**  **Pudding**  **Yogourt et baies (eau)** | **Pain au raisins (eau)**  **Pain à la viande, riz et carottes (lait)**  **Pudding**    **Yogourt et baies (eau)** |
| Muffins (eau)  Soupe aux bœufs avec sandwich au jambon (lait)  Bananes  Pretzel et pomme ou orange (eau) | Muffins (eau)  Wrap aux poulets avec soupe aux tomates, riz et légumes (lait)  Bananes  Pretzel et pomme ou orange (eau) | Muffins (eau)  Soupe aux poulet et brochette de viande, fromage et tomates (lait)  Bananes  Pretzel et pomme ou orange (eau) | Muffins (eau)  Soupe aux légumes avec carottes, céleris, humus et fromage cottage (lait)  Bananes  Pretzel et pomme ou orange (eau) | Muffins (eau)  Soupe aux barley et brochette de concombres, fromage et viande froide (lait)  Bananes  Pretzel et pomme ou orange (eau) |