

MENU - ÉCOLE WAHTA' - 2016-2017

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE 1	Spaghetti à la viande Salade César Poires en dés Lait	Jus de légumes Vol-au-vent au poulet et légumes Muffin aux fruits Lait	Pâté au saumon Sauce blanche Macédoine californienne Yogourt Lait	Soupe aux légumes Saucisses de veau Purée de légumes Fèves vertes Galette à l'avoine Lait	Pain à la viande Crudités Dessert santé Lait
SEMAINE 2	Jus de légumes Pâtes au fromage Brocoli Pêches en dés Lait	Soupe poulet et nouilles Pâté chinois Crudité Pouding Lait	Pilons de poulet Couscous aux légumes Biscuit pépites de chocolat Lait	Soupe minestrone Brochettes de porc souvlaki sur riz Concombres Yogourt Lait	Merlu au sirop d'érable Orge Carottes et navet Dessert santé Lait
SEMAINE 3	Jus de tomate Riz au poulet et légumes Salade de fruits Lait	Lasagne à la viande Salade de tomates au basilic Muffin aux bleuets Lait	Crème de poulet Croquettes de poisson Purée de pommes de terre Macédoine de légumes Yogourt Lait	Jus de légumes Assiette chinoise Biscuit au chocolat Lait	Wrap au poulet Crudités Dessert santé Lait
SEMAINE 4	Jus de tomate Spaghetti à la viande Salade César Compote de pommes Lait	Mijoté coloré de porc Couscous Biscuit à la mélasse Lait	Jus de légumes Veau mexicain sur riz Yogourt Lait	Soupe aux épinards Filet de poisson pané Patates BBQ au four Salade de chou Muffin aux framboises Lait	Pain de viande Purée de pommes de terre Fèves jaunes Dessert santé Lait
SEMAINE 5	Soupe bœuf et coquilles Veau à la mode sur riz Ananas en dés Lait	Macaroni à la viande Salade aux carottes et aux raisins Yogourt Lait	Crème de légumes Tournedos de porc Sauce au poivre Riz aux fines herbes Légumes variés Biscuit aux canneberges Lait	Vol-au-vent au saumon Légumes en purée Muffin aux pépites de chocolat Lait	Lanières de poulet Purée de pomme de terre Carotte et navet Dessert santé Lait
SEMAINE 6	Lasagne au poulet et légumes Pêches en dés Lait	Crème de brocoli Pâté mexicain Salade de légumes variés Biscuits au gingembre Lait	Côtelettes de porc sur riz aux fines herbes Chou-fleur Pouding Lait	Crème de tomate Pâtes au thon et légumes Muffin aux bananes Lait	Jus de légumes Guedille au poulet Crudités Dessert santé Lait
SEMAINE 7	Jus de légumes Pâté chinois réinventé (shepherd's pie) Crudités Salade de fruits tropicaux Lait	Soupe au chou Poisson aux légumes sur riz Parfait aux fruits Lait	Hot chicken Patates BBQ au four Pois verts Muffin à l'orange Lait	Soupe aux pois Jambon Purée de pommes de terre Maïs en grain Biscuit à la mélasse Lait	Jus de tomate Pâté au poulet Dessert santé Lait

Approuvé par la nutritionniste

DATES
SEMAINE 1
29 août au 2 septembre
30 novembre au 4 décembre
1 ^{er} au 5 février
28 mars au 1 ^{er} avril
16 au 20 mai
SEMAINE 2
5 septembre au 9 septembre
7 au 11 décembre
8 au 12 février
4 au 8 avril
23 au 27 mai
SEMAINE 3
12 septembre au 16 septembre
14 au 18 décembre
15 au 19 février
11 au 15 avril
30 mai au 3 juin
SEMAINE 4
19 septembre au 23 septembre
4 au 8 janvier
22 au 26 février
18 au 22 avril
6 au 10 juin
SEMAINE 5
26 septembre au 30 septembre
11 au 15 janvier
7 au 11 mars
25 au 29 avril
13 au 17 juin
SEMAINE 6
3 octobre au 7 octobre
18 au 22 janvier
14 au 18 mars
2 au 6 mai
20 au 22 juin
SEMAINE 7
10 octobre au
25 au 29 janvier
21 au 25 mars
9 au 13 mai