

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM					
DÎNER	P.L., thon Spaghetti au thon **** Croustade aux pommes Cannelle, avoine, P.L. et oeuf	Veau, œuf, tournesol, sésame, et P.L. Pain de viande Pomme de terre en purée P.L. et tournesol **** Yogourt aux fruits P.L.	Fèves rouges et pois Casserole de légumineuses Coucous **** Muffin aux 4 fruits Sésame, P.L., cannelle, œuf, avoine	Pain : P.L., sésame Poulet, pois Hot chicken Pois vert **** Gâteau épicé P.L., œuf, cannelle	Porc et coconut Porc effiloché Riz et légumes **** Pouding Caramel P.L.
Collation PM	P.L. Fromage et légumes	Bol d'énergie aux graines de chia P.L., avoine	Bouchées à l'orange P.L., coconut, œuf	Banana Sushi Torillas : sésame Confiture : ok	Carré d'énergie Avoine, PVT, P.L.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM					
DÎNER	P.L. Macaroni aux légumes et fromage **** Galette à la mélasse P.L., œuf, sésame, cannelle	Sauce anglaise, moutarde, œuf, P.L., poulet Poulet à la moutarde Bouquetière **** Compote pommes et pêches	Boeuf Riz à l'espagnole **** Muffin à l'avoine Sésame, avoine, P.L., œuf	P.L., poulet, moutarde, œuf Omelette à l'américaine Carottes **** Pouding au pain Sésame, P.L., œuf, tournesil	Basa Poisson BBQ Pomme de Terre Moutarde Maïs **** Biscuit au Citron Oeuf
Collation PM	P.L. Trempe à l'érable et fruits frais	Biscuits aux fruits Tournesol, cannelle, P.L., œuf et avoine	Poulet, haricot blanc, œuf, moutarde Tartinade et craquelins ok	Surprise à vérifier	Carré aux Dattes P.L., avoine

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM					
DÎNER	Saumon, P.L. Saumon en croûte Riz et brocoli **** Muffin aux bananes Sésame, P.L., œuf, avoine	Bœuf, P.L., moutarde, œuf Délicieuse lasagne **** Pouding gourmand aux pêches Cannelle, œuf, P.L.	Sauce anglaise, porc Porc à la marinière **** Yogourt aux fraises P.L.	Œuf, P.L. Quiche et légumes **** Gâteau à la salade de fruits Ananas, P.L., œuf	Sauce anglaise, tofu Tofu à l'orientale Couscous **** Compote de pommes et poires
Collation PM	Guacamole et Naan Œuf, sésame	Crudités et tartinade au jambon Porc, œuf, P.L., tournesol	Biscuits Wowbutter Œuf, P.L., cannelle	ok Muffin anglais, confiture de bleuets Ok	P.L. Bouchée de carotte et philadelphia, melba sésame

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM					
DÎNER	Pain : sésame Moutarde, thon, œuf, P.L. Torpille au thon Concombre ***** Pain aux dattes Œuf, P.L.	Mayo, œuf, P.L. poulet Divan de poulet ***** Yogourt P.L., mangues	Moutarde, tournesol, porc, sésame, P.L. Carré de jambon Haricots ***** Muffin aux bleuets Sésame, œuf, P.L., avoine	Fèves rouges ou noir, tofu, PVT Chili tofu et fèves rouges ***** Barre tendre Sésame, P.L., coconut, tournesol	Veau, tournesol, sésame, œuf Pain de veau marengo Patates et carottes ***** Poires en dés
Collation PM	Sésame, Poischiche Hummus et carottes	Biscuit sablé P.L.	Tofu, P.L. Nuage aux fruits Biscuit social thé P.L., œuf	Pain aux raisins Sésame, P.L.	Croustillant à la guimauve P.L. Porc (gélatine)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM					
DÎNER	Sésame, bœuf, œuf, P.L., pois Boulettes à la suédoise Pomme de terre en purée Tournesol, P.L. **** Compote de fruits Ananas	Lentilles corail Ragoût végétarien **** Bouchées à la rhubarbe Cannelle, avoine, P.L.	Pois, moutarde, œuf, P.L. Pâtes farcies **** Muffin flocons d'érable Sésame, P.L., œuf, avoine	Sésame, porc, P.L., œuf Casserole bon matin Betteraves **** Carré de yogourt et framboises P.L.	Saumon, sésame, tournesol, P.L., œuf Croquettes de saumon Brocoli **** Pain aux canneberges Œuf, P.L.
Collation PM	Biscuits aux carottes Œuf, P.L., tournesol	Mélange collation du sud-ouest À vérifier	Tofu, P.L., œuf Tartinade de tofu et bretzels À vérifier	À vérifier Cretons végétariens et melba sésame	Galettes au Gruau P.L., œuf, avoine