



menu: Octobre 2020



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Filet de Sole Riz légumineux Compote de pêche et pommes AM : Fruit PM : Craquelins et fromage	2 Ragout de bœuf Salade Jardinière Pain marbré AM: Fruit PM: Yogourt
5 Fazzoletti asperge et ricotta Crudité Barre tendre AM: Céréales PM: Melba toast fromage a la crème	6 Bœuf et brocoli avec Riz Yogourt AM : Fruit PM : Fromage et craquelins	7 Soupe minestrone Sandwich au thon Barre multigrain AM : Fruit PM : Crudité et trempette	8 Paté chinois Salade tomate et concombre Melon AM : Fruit PM : Chausson au pomme	9 Poulet aux légumes avec nouilles Pain aux bleuets AM: Fruit PM: Yogurt
12 Fermé	13 Lasagne à la viande Salade César Compote aux pommes AM : Céréales PM : Fruit	14 Soupe Haricot et orge Pita a salade de poulet Biscuit avoine AM: Fruit PM: Crudités et trempette	15 Sloppy joe's Salade jardinière Compote de pêche et pommes AM : Fruit PM : Craquelins et fromage	16 Poulet aux abricots Pommes de terre et légumes Pains aux bananes AM: Fruit PM: Yogurt
19 Lasagne aux 5 fromage Légume a la vapeur Barre tendre AM : Céréales PM : Melba toast fromage à la crème	20 Paella au saumon Riz légumineux Melon AM : Fruit PM : Fromage	21 Soupe lentille Bagel fromage à la crème Barre nutrigrain AM : Fruit PM : Crudité et trempette	22 Chili con carne Riz brun Melon AM : Fruit PM : Galette de riz cheddar	23 Poulet rôti Pommes de terre et légumes Pain aux carottes AM : Fruit PM : Yogurt
26 Cannelloni aux fromage et aux épinard Compote de pommes AM : Céréales PM : Crudité et trempette	27 Boulette de viande à la sauce aigre douce Riz légumineux Melon AM : Fruit PM : Muffin	28 Chicken a la roi-nouilles Salade jardinière Pain aux bananes AM : Fruit PM : Pita avec Hummus	29 Soupe au pois Sandwiche à la dinde Melon AM : Fruit PM: Craquelins et fromage	30 Basa à la sauce tomate Riz brun et légumes Galette d'Halloween AM: Fruit PM: Yogurt