

23-27 sep 21-25 oct 18-22 nov 16-20 déc	Collation	Dîner	Collation
Lundi	Gruau aux fruits (12)	Pâtes Alfredo au thon et petits pois (6,7,9)	Légumes et trempette mayo (1)
Mardi	Fruits et beurre de soya	Crème d'automne au lait de coco, tofu et curry (12)	Muffin aux carottes (1)
Mercredi	Fruits et fromage (7)	Boeuf Stroganoff, riz et légumes(3)	Pain pita et sauce marinara
Jeudi	Pain aux bananes (1,11)	Casserole de jambon et légumes d'automne (2,3)	Galettes de riz et hummus (15)
Vendredi	Sushi aux bananes (11)	Pâtes asiatiques à la dinde et légumes sautés (4)	Légumes et trempette fromage (1,7)

30-4 oct 28-1 nov 25-29 nov	Collation	Dîner	Collation
Lundi	Gruau aux fruits (12)	Riz au thon et légumes sautés (6,9)	Légumes et trempette mayo (1)
Mardi	Fruits et beurre de soya	Pâtes au jambon, légumes bouillis (2)	Muffin aux carottes (1)
Mercredi	Fruits et fromage (7)	Casserole de chou au boeuf (3)	Pain pita et sauce marinara
Jeudi	Pain aux bananes (1,11)	Croquettes de tofu, patates rôties et légumes	Galettes de riz et hummus (15)
Vendredi	Sushi aux bananes (11)	Soupe à la dinde et aux nouilles (4)	Légumes et trempette fromage (1,7)

7-11 oct 4-8 nov 2-6 déc	Collation	Dîner	Collation
Lundi	Gruau aux fruits (12)	Fricadelles, patates rôties et légumes (5)	Légumes et trempette mayo (1)
Mardi	Fruits et beurre de soya	Nouilles de riz au boeuf et légumes sautés (3)	Muffin aux carottes (1)
Mercredi	Fruits et fromage (7)	Fajitas à la dinde et légumes (4)	Pain pita et sauce marinara
Jeudi	Pain aux bananes (1,11)	Riz asiatique au tofu et légumes sautés (9)	Galettes de riz et hummus (15)
Vendredi	Sushi aux bananes (11)	Pâté chinois (3)	Légumes et trempette fromage (1,7)

14-18 oct 11-15 nov 9-13 déc	Collation	Dîner	Collation
Lundi	Gruau aux fruits (12)	Saumon à l'érable sur riz, légumes	Légumes et trempette mayo (1)
Mardi	Fruits et beurre de soya	Crème de légumes et pois chiches (9,10,12,15)	Muffin aux carottes (1)
Mercredi	Fruits et fromage (7)	Pâté mexicains et légumes (3)	Pain pita et sauce marinara
Jeudi	Pain aux bananes (1,11)	Omelettes au jambon, patates rôties et légumes (1,2)	Galettes de riz et hummus (15)
Vendredi	Sushi aux bananes (11)	Dinde hachée au curry sur riz (4,12)	Légumes et trempette fromage (1,7)

*Les chiffres représente les allergènes contenus dans les repas et collation

1 oeufs 2 porc 3 boeuf 4 volaille 5 poisson blanc 6 Thon 7 produit laitiers 8 avocat 9 pois vert
10 choux-fleurs 11 bananes 12 noix de coco 13kiwi 14 Lentilles 15 Pois chiches 16 sésame