

Semaine du 5 septembre

52

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Déjeuner		régulier	yogourt	bean	egg muffin
Diner					
Soupe		crème de tomate et riz			
Plat principal		steak suisse pdt vapeur chou-fleur rôti	Fête de la rentrée	merlu sauce à l'aneth riz basmati brocoli	cuisse de poulet pdt rôti
Dessert		parfait aux fruits		smoothies	carré croustillant
Collation		biscuit mélasse		Mr. Freeze	trempelette artichaud
Souper					
Soupe		crème de chou-fleur	crème de chou-fleur		
Plat principal		rôti de dinde nouille aux œufs légumes rôtis	cannelloni césar	pâté chinois salade de chou	
Dessert		mangue	biscuit chocolat blanc	fruits frais	
Collation		pêche	muffin à la citrouille	pain aux carotte	