

Semaine du 5 décembre

S 3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Déjeuner	régulier	bar à yogourt	creton	pain doré	
Diner					
Soupe	minestrone	crème d'épinard		marocaine	
Plat principal	saumon au pesto légumes californien quinoa	cube de boeuf légumes sauté pdt pilée	sous-marin	poitrine de poulet riz légumes californien	
Dessert	biscuit au beurre de soya	bouchée chocolatée	galette aux carottes	crème glacée	
Collation	fromage de chèvre	crudité	Scone aux fruits tropicaux		
Souper					
Soupe	crème d'épinard	minestrone			
Plat principal	spanakopita riz aux tomates salade grecque	rotini sc. Alfredo - sc. Tomate brocoli	saucisse couscous thai		
Dessert	gâteau vanille	ananas	fruits frais		
Collation	clémentine	pain aux bananes	muffin aux bleuets		