

Semaine du 28 septembre

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Déjeuner	régulier	bar à yogourt	muffin aux bananes	smoothies aux fruits	crêpe
Diner					
Soupe	thaïlandaise	crème de tomate et riz	crème de fruits de mer		
Plat principal	saumon au pesto riz 7 grains haricot vert	filet de porc pdt grelot portabello	sauté de tofu vermicelle légume sauté	crevette riz chou fleur	hamburger chip
Dessert	pouding chômeur	compote de fraise et rhubarbe	patfait aux fruits	gâteau marbré	rocky mountain square
Collation	scone framboise chocolat blanc	crudité	humus et pita	fromage de chèvre	
Souper					
Soupe	crème de tomate et riz	crème de fruits de mer	thaïlandaise		
Plat principal	lasagne salade césar	panini au poulet pdt quartier	macaroni au fromage brocoli	poulet général tao nouille aux oeufs légumes thai	
Dessert	sorbet	biscuit caramel et chocolat	mandarine	fruit frais	
Collation	biscuit gingembre	cantaloup	barre brisure de chocolat	pain carotte et ananas	