

Au Cœur des mésanges Menu d' Août 2010

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
s e m.	<u>02-août</u> Fruits frais+ lait Dîner (Croissants) jambon & (fromage) Salade de betteraves	<u>03-août</u> Fruits frais+ lait Dîner (Tortillas) Chili végétarien Croustilles de maïs Fromage, crème sûre laitue	<u>04-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Kaiser au thon Crudités/ trempette (légumes blanchis)	<u>05-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Jus de légumes Tortillas au tofu Crudités & trempette	<u>06-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Quiches aux légumes Salade de concombres
	4 collation PM Mandarines Bâtonnets glacés Minigo	collation PM Poires Grignotines de céréales Céréales	collation PM Crème vanille aux petits fruits crème glacée	Poires framboisées collation PM Galettes de riz& compote de fruits (lait)	(Yogourt) hawaïen collation PM Fromage au Pesto/craquelins
s e m.	<u>09-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Jus de légumes Sandwichs au poulet Crudités/trempette (Légumes blanchis)	<u>10-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Pizza Salade César	<u>11-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Jambon froid Salade de pomme terre Maïs en épis	<u>12-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Fusillis à la chinoise Mélange soleil levant	<u>13-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Salade patates César Viandes froides Crudités & trempette
	5 collation PM Nuages fruités et coulis Pains aux raisins (lait)	collation PM Salade de melons Cornets de crème glacée Mini cornet cr.glac.	collation PM Tapioca Croustilles de maïs salsa, crème sûre craquelins,fromage	collation PM Gélatine aux jus fruits Pain croustillant aux pêches	collation PM Salade de fruits Cornets crème glacée Mini cornet cr.glac.
s e m.	<u>16-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Filet de tilipia Riz aux légumes Salade de brocolis	<u>17-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Macaroni à la viande	<u>18-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Pâté chinois	<u>19-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Salade pâtes&goberge Crudités & trempette	<u>20-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Carrés aux épinards Salade tomates&concombres
	6 collation PM Poires Framboisées Fruits séchés +lait soya	collation PM Salade grecque Délice aux fruits Barres tendres (lait)	collation PM Betteraves Yogourt aux fruits Biscuits graham bananes	collation PM Légumes blanchis Sorbet Pain aux zuchinis (lait)	Légumes Fruits de saison collation PM Fruits séchés +lait soya
s e m.	<u>23-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Jus de légumes Salade de pâtes & saucissons Crudités & trempette (choufleurs/pois manget/carottes)	<u>24-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Gratin de légumes	<u>25-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Spaghetti à la viande Salade César	<u>26-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Sandwichs étagés au jambon	<u>27-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Hamburger végétarien
	1 Légumes blanchis Bananes tropicales collation PM Bâtonnets glacés	Poulet Viandes froides Pain de blé entier Yogourt aux fruits collation PM ½ bagel, fromage & confiture de fruits(jus)	légumes Gélatine aux jus de fruits collation PM Pain aux raisins (Lait)	Sandw. Fromage/épinards Crudités & trempette Légumes blanchis Yogourt aux fruits collation PM Céréales (lait)	Concombres Salade de chou collation PM Poires Bâtonnets glacés
s e m.	<u>30-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Macaroni au fromage Viandes froides Mélange californien	<u>31-août</u> Fruits frais+ lait Dîner Jus de légumes Salade César au poulet Biscottes			
	2 collation PM Salade de fruits Galettes de riz& compote de fruits (lait)	(Sandwichs au poulet) Sorbet (fruits) collation PM ½ bagel, fromage & confiture de fruits			