

GARDERIE PREMIER CHEMIN MONTESSORI

SEMAINE:		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
\$2/chaque Commander à la cuisine (poste 2)	Déjeuner:	Céréales, rôties au blé entier, confiture, fromage, Wow butter, gruau, lait	Céréales, rôties au blé entier, confiture, fromage, Wow butter, gruau, lait	Céréales, rôties au blé entier, confiture, fromage, Wow butter, gruau, lait	Céréales, rôties au blé entier, confiture, fromage, Wow butter, gruau, lait	Céréales, rôties au blé entier, confiture, fromage, Wow butter, gruau, lait
	Collation AM:	Variété de fruits	Variété de fruits	Variété de fruits	Variété de fruits	Variété de fruits
	Collation PM:	Barres Nutri-grain	Biscuits ou galettes santé maison	Céréales et lait	Muffins, mousse aux fraise ou yogourt	Galettes de riz + barres pommes/raisins
Semaine 1 	Dîner:	Soupe repas au poulet et pita WOW_WOW	Riz aux légumes et croquettes de tofu avec trempette au curry	Pâté sauce au tofu et lentilles	Sandwiches au jambon et crudités	Surprise de la cuisinière
Semaine 2 	Dîner:	Potage de la Ferme Maturin et 1/2 muffin anglais au creton de porc et veau maison	Quesadías au poulet + crudités	Macaroni chinois et mini egg-rolls	Pizza froide et salade aux 6 légumineuses	Surprise de la cuisinière
Semaine 3 	Dîner:	Soupe Popeye (ravioli et épinards) et wrap à l'humus	Tortellinis à la sauce rosée avec 1/2 tranche de pain et beurre	Croquettes de pois chiches et fèves blanches avec salade de betteraves, mais et pomme.	Guédilles au poulet et crudités	Surprise de la cuisinière
Semaine 4 	Dîner:	Soupe aux pois et muffin anglais avec fromage à la crème	Chili con carne	Macaroni à la viande	Sandwiches à la tartinade de tofu	Surprise de la cuisinière
Semaine 5 	Dîner:	Potage attrape-lapin avec fromage et craquelins	Fèves germées - style Spaghetti	Pains gumbo e salade de carottes et raisins secs	Sandwiches au jambon et crudités	Surprise de la cuisinière
Semaine 6 	Dîner:	Soupe Poulet et Orge avec 1/2 tranche de pain et Cretons	Tacos Déconstruits gratiné	Pâté Chinois avec 1/2 tranche de pain et beurre	Pizza Froide et salade ensoleillée	Surprise de la cuisinière

*** Tous les repas sont servi avec du lait.

*** Les soupes peuvent variés d'une semaine à l'autre selon la variété de légumes disponibles.