




YUM

LE MENU D'ÉTÉ

garderies et cpe · écoles · corporatifs · événements · repas familiaux

semaine 1





	LUNDI	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
COLLATION AM	 POMME *sujet à changement	BANANE *sujet à changement	CLÉMENTINE *sujet à changement	CANTALOUPE *sujet à changement	POIRES *sujet à changement
SALADE	SALADE DE FÈVES VERTES	SALADE D'ÉPINARDS	SALADES VERTES, COCOMBRES & TOMATES	SALADE POIS CHICHES	SALADE COUSCOUS
REPAS PRINCIPAL	 MACARONI SAUCE MARINARA Et légumes	VOL AU CÉLERI	SANDWICHES SALADE AUX ŒUFS & SALADE DE PÂTES	CHILI & RIZ AUX LÉGUMES	CROQUETTES DE POISSON & PATATES & LÉGUMES
DESSERT	 COMPOTE AUX PÊCHES	YOGOURT SAVEURS VARIÉES	MUFFINS AUX BANANES	SALADE DE FRUITS EN CONSERVE	YOGOURT SAVEUR VARIÉES
COLLATION PM	 CÉRÉALES ET FRUITS SECS	HUMMUS MINI-PITAS	FICELLOS	MINI-BAGEL & FROMAGE À LA CRÈME	GALETTES DE RIZ & CONFITURE

YUM

LE MENU D'ÉTÉ

garderies et cpe · écoles · corporatifs · événements · repas familiaux

semaine 2





	LUNDI	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
COLLATION AM 	POMME *sujet à changement	BANANE *sujet à changement	CLÉMENTINE *sujet à changement	CANTALOUPE *sujet à changement	POIRE *sujet à changement
SALADE	SALADE LÉGUMINEUSES	SALADE D'ÉPINARDS & MANDARINES	SALADE DE MAIS & COCOMBRES	SALADE PÂTES & PESTO	SALADE COUSCOUS
REPAS PRINCIPAL 	PÂTES AUX BROCOLIS	RIZ CHINOIS	LINGUINIS CARBONARA	BARBOTEUSE AU JAMBON & LÉGUMES	PAIN FARCI SAUCE GUMBO & SALADE VERTE
DESSERT 	COMPOTE DE POMME	YOGOURT SAVEURS VARIÉES	BISCUITS Saveurs variés	PÊCHES EN CONSERVE	YOGOURT SAVEURS VARIÉES
COLLATION PM 	CÉRÉALES & FRUITS SECS	FICELLOS	GALETTES DE RIZ & CONFITURE	COCOMBRE & TREMPETTES	BISCUITS SODA & FROMAGE À LA CRÈME

YUM

LE MENU D'ÉTÉ

garderies et cpe · écoles · corporatifs · événements · repas familiaux

semaine 3

	LUNDI	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
COLLATION AM 	POMME *sujet à changement	BANANE *sujet à changement	CLÉMENTINE *sujet à changement	CANTALOUPE *sujet à changement	POIRE *sujet à changement
SALADE	SALADE DE CAROTTES	SALADE GRECQUE & TOFU	SALADE TABOULÉ AUX LENTILLES	SALADE MAIS & COCOMBRE	SALADE SUD-OUEST
REPAS PRINCIPAL 	TORTELLINIS TROIS FROMAGE SAUCE ROSÉ	HOT CHICKEN PETITS POIS & LÉGUMES	PIZZA AU THON BROCOLIS ET CHOUX FLEURS	SAUCISSES AU POULET & LÉGUMES	HAMBURGER STEAK
DESSERT 	COMPOTE AUX PÊCHES	YOGOURT SAVEURS VARIÉES	MUFFIN À LA VANILLE	SALADE DE FRUITS EN CONSERVE	YOGOURT SAVEURS VARIÉES
COLLATION PM 	CÉRÉALES & FRUITS SECS	GUACAMOLE & CRAQUELINS	FICELLOS	FROMAGE RICOTTA & CÉLÉRI	PAIN AUX RAISINS

LUNDI

mardi

mercredi

jeudi

vendredi

COLLATION
AM



POMME

*sujet à changement

BANANE

*sujet à changement

CLÉMENTINE

*sujet à changement

CANTALOUPE

*sujet à changement

POIRE

*sujet à changement

SALADE

**SALADE
D'ÉPINARDS**

**SALADE
DE PÂTES AUX
LÉGUMES**

**SALADE
DE CHOUX &
CAROTTES**

**SALADE
VERTE, COCOM-
BRES & TOMATES**

**SALADE
DE FÈVES JAUNES**

REPAS
PRINCIPAL



**RIZ
TERIYAKY**

**HAMBURGER
SALADE AUX
CAROTTES**

**PAIN FARCI
AUPOULET
SALADE DE
COUSCOUS**

**FILET DE POISSON
RIZ PILAF**

**PÂTES SAUCE À
LA VIANDE**

DESSERT



**COMPOTE
AUX POMMES**

**YOGOURT
SAVEURS
VARIÉES**

**MUFFIN
AUX CAROTTES**

**SALADE DE
FRUITS
EN CONSERVE**

**YOGOURT
SAVEUR VARIÉES**

COLLATION
PM







**CÉRÉALES &
FRUITS SECS**





**MINI-BAGELS
& TARTINADE
AU TOFU**

FICELLOS

**CROISSANT
ET TARTINADE
TATZIKI**

**COCOMBRES &
HUMUS**

	LUNDI	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
COLLATION AM 	POMME *sujet à changement	BANANE *sujet à changement	CLÉMENTINE *sujet à changement	CANTALOUPE *sujet à changement	POIRE *sujet à changement
SALADE	SALADE DE CHOUX	SALADE VERTE RANCH	SALADE POIS CHICHES	SALADE DE BETTERAVES	SALADE ÉPINARDS
REPAS PRINCIPAL 	MACARONI CHINOIS	CHALOUPE AU THON (FROID)	SALADE AUX PATATES ET ŒUFS	RIZ ITALIEN AU TOFU	BROCETTES DE POULET, LÉGUMES STYLE FAITAS
DESSERT 	COMPOTE AUX PÊCHES	YOGOURT SAVEURS VARIÉES	MUFFIN AUX PETITS FRUITS	PÊCHES EN CONSERVE	YOGOURT SAVEURS VARIÉES
COLLATION PM 	CÉRÉALES & FRUITS SECS	BISCUITS SODA Blé entier & TARTINADE HUMUS	MINI-PITAS & GUACAMOLE	TORTILLAS BLÉ & FROMAGE À LA CRÈME	GALETTES DE RIZ + CONFITURE

	LUNDI	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
COLLATION AM 	POMME *sujet à changement	BANANE *sujet à changement	ORANGE *sujet à changement	CANTALOUPE *sujet à changement	POIRE *sujet à changement
SALADE	SALADE FÈVES VERTES	SALADE TABOULÉ AUX LENTILLES	SALADE AUX CAROTTES	SALADE GRECQUE & TOFU	SALADE MAIS & COCOMBRE
REPAS PRINCIPAL 	CASSEROLE JAMBON & LÉGUMES	PÂTES AU THON	MINIS-PIZZAS FROIDES AU POULET	MIJOTÉ DE TOFU AU CARI, RIZ ET LÉGUMES	PÂTES À LA LA FLORENTINE
DESSERT 	COMPOTE AUX POMMES	YOGOURT SAVEURS VARIÉES	MUFFIN A L'AVOINE ET CHOCO	SALADE DE FRUITS EN CONSERVE	YOGOURTS SAVEURS VARIÉES
COLLATION PM 	CÉRÉALES & FRUITS SECS	CROISSANT & TARTINADE TATZIKI	FICELLOS	TORTILLAS & FROMAGE À LA CRÈME	GALETTES DE RIZ + MARMELADE