



Menu

Mois: Janvier 2026

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

AM	Céréales grains entiers	Fresh fruits	Fresh fruits	Fresh fruits	Fresh fruits
	29	30	31	01	02
Regulier					Dahl végétarien Servi avec riz
Végétarien					Dahl végétarien Servi avec riz
Végane					Dahl végétarien Servi avec riz
Dessert					Yogourt
Collation					Craquelins grain entier et fromage
Coll. PM					
	05	06	07	08	09
Regulier	Soupe crème de brocoli Avec demi grilled cheese de grains entiers	Lasagnette à la dinde et aux légumes	Filet de saumon Riz et macédoines	Ragoût poulet et aubergine Servi avec couscous	Paté chinois à la viande & maïs
Végétarien	Soupe crème de brocoli Avec demi grilled cheese de grains entiers	Lasagnette au tofu émincé et aux légumes	Filet de saumon Riz et macédoines	Ragoût à l'aubergine et pois chiche Servi avec couscous	Paté chinois aux lentilles & maïs
Végane	Soupe crème de brocoli demi grilled cheese végétarien	Lasagnette au tofu émincé et aux légumes	Galettes véganes Riz et macédoines	Ragoût à l'aubergine Servi avec couscous	Paté chinois aux lentilles & maïs
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt	Fruits frais	Yogourt
Collation	Crudités & tzatiki	Muffin anglais tartinade de thon	Craquelins grain entier et fromage	Pita & Hummus	Madeleine au citron
Coll. PM					
	12	13	14	15	16
Regulier	Soupe aux pois végétarien Avec pain de grains entiers	Macaroni au bœuf Façon cheeseburger & légumes du jour	Riz thaï au poulet Chop suey & poivrons	Tortellini de veau et fromage Sauce tomate & champignons	Chili au bœuf Servi avec pita
Végétarien	Soupe aux pois végétarien Avec pain de grains entiers	Macaroni au fromage gratiné & légumes du jour	Riz thaï au tofu Chop suey & poivrons	Tortellini au fromage Sauce tomate & champignons	Chili aux trois haricots Servi avec pita
Végane	Soupe aux pois végétarien Avec pain de grains entiers	Macaroni & fromage végétarien & légumes du jour	Riz thaï au tofu Chop suey & poivrons	Pâtes véganes Sauce tomate & champignons	Chili aux trois haricots Servi avec pita
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt	Fruits frais	Yogourt
Collation	galette de riz brun	Demi bagel	Mini quiche au fromage	Craquelins grain entier et fromage	Muffin au son et bleuets
Coll. PM	& hummus	Fromage à la crème			
	19	20	21	22	23
Regulier	Soupe poulet & nouilles avec pâtes alphabets & pain de grains entiers	Pâtes en coquilles sauce tomate & parmesan Légumes du jour	Riz végétarien aux haricots noirs & au tofu émincé	Pain de viande à la dinde Purée de patate & carottes	Pizza à la dinde hachée Servi avec crudités
Végétarien	Soupe pois chiche /nouilles avec pâtes alphabets & pain de grains entiers	Pâtes en coquilles sauce tomate & parmesan Légumes du jour	Riz végétarien aux haricots noirs & au tofu émincé	galettes sans viande Purée de patate & carottes	Pizza au fromage Servi avec crudités
Végane	Soupe pois chiche /nouilles pain de grains entiers	Pâtes en coquilles fromage végétarien et sauce	Riz végétarien aux haricots noirs & au tofu émincé	galettes sans viande Purée de patate & carottes	Pizza au fromage végétarien Servi avec crudités
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt	Fruits frais	Yogourt
Collation	Bâtonnets gressins	Mini croissant	Craquelins grain entier et fromage	Crudités & trempette césar	Galettes avoïnes & raisins
Coll. PM	& guacamole	Fromage à la crème			
	26	27	28	29	30
Regulier	Soupe crème de carottes Avec demi grilled cheese	Spaghetti à la viande Légumes du jour	Riz au curcuma lentilles & légumes du jour	Filet de basa Purée de pomme de terre & petits pois	Paté au poulet, légumes & pomme de terre
Végétarien	Soupe crème de carottes Avec demi grilled cheese	Spaghetti au tofu émincé Légumes du jour	Riz au curcuma lentilles & légumes du jour	Filet de basa Purée de pomme de terre & petits pois	Paté aux pois chiches légumes & pomme de terre
Végane	Soupe crème de carottes demi grilled cheese végétarien	Spaghetti au tofu émincé Légumes du jour	Riz au curcuma lentilles & légumes du jour	galettes sans viande Purée de patate & p pois	Paté aux pois chiches légumes & pomme de terre
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt	Fruits frais	Yogourt
Collation	Crudités &	Craquelins grain entier et fromage	Gaufres wow butter	Pita & hummus	Scones aux bleuets
Coll. PM	trempette aux œufs				