

CPE Narnia

Mois: Juillet 2026

Lundi

AM Snack	Céréales grains entiers
----------	-------------------------

Regulier	
Végétarien	
Végane	
Dessert	
Collation Coll. PM	

Mardi

Fresh fruits

01
 Traiteur Evoosanté inc Tel. 514-400-4545 info@evoosante.ca

Mercredi

Fresh fruits

01
Fermé

Jeudi

Fresh fruits

02
Riz au poulet Légumes du jour
Riz au tofu Légumes du jour
Riz au tofu Légumes du jour
Fruits frais
Craquelins grains entier & fromage

Vendredi

Fresh fruits

03
Sandwich aux œufs Servi avec crudités
Sandwich aux œufs Servi avec crudités
légumes et fromage végétane
Yogourt sans gélatine
Muffin aux petits fruits

06

Regulier	Sandwich au thon Servi avec crudités
Végétarien	Sandwich au thon Servi avec crudités
Végane	Sandwich au tofu émincé Servi avec crudités
Dessert	Compote de pomme
Collation Coll. PM	Bâtonnet gressin & trempette au thon

07

07
Pâtes au bœuf bolognaise Légumes du jour
Pâtes au tofu émincé Légumes du jour
Pâtes au tofu émincé Légumes du jour
Fruits frais
Naan & hummus

08

08
Quesadilla au légumes et fromage Servi avec crudités
Quesadilla au légumes et fromage Servi avec crudités
Quesadilla au légumes et fromage
Yogourt sans gélatine
Craquelins grains entier & fromage

09

09
Saumon au four couscous au curcuma
Saumon au four couscous au curcuma
Pois chiche au four couscous au curcuma
Fruits frais
Smoothie à la fraise

10

10
Sandwich dinde fromage Servi avec crudités
Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Yogourt sans gélatine
Madeline au citron

13

Regulier	Sandwich aux œufs Servi avec crudités
Végétarien	Sandwich aux œufs Servi avec crudités
Végane	légumes et fromage végétane Servi avec crudités
Dessert	Compote de pomme
Collation Coll. PM	Bagel & wow butter

14

14
Pâtes au poulet stroganoff et champignons
Pâtes stroganoff aux Champignons & haricot blanc
Pâtes stroganoff aux Champignons & haricot blanc
Fruits frais
Tortillas & hummus

15

15
Sandwich salade de poulet Servi avec crudités
Sandwich haricot blanc et légumes Servi avec crudités
Sandwich haricot blanc et légumes
Yogourt sans gélatine
Craquelins grains entier & fromage

16

16
Cari de pois chiche et lait de coco Purée de pomme de terre
Cari de pois chiche et lait de coco Purée de pomme de terre
Cari de pois chiche Purée de pomme de terre
Fruits frais
Granola maison

17

17
Pizza au poulet & fromage Servi avec crudités
Pizza au fromage Servi avec crudités
Pizza au fromage végétane Servi avec crudités
Yogourt sans gélatine
Muffin aux aux canneberges

20

Regulier	Sandwich dinde fromage Servi avec crudités
Végétarien	Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Végane	Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Dessert	Compote de pomme
Collation Coll. PM	Mini crêpe & Fromage à la crème

21

21
Pâtes au poulet alfredo Légumes du jour
Pâtes alfredo au tofu Légumes du jour
Pâtes alfredo au tofu Légumes du jour
Fruits frais
Muffin anglais tartinade aux haricots

22

22
Sandwich aux œufs Servi avec crudités
Sandwich aux œufs Servi avec crudités
légumes et fromage végétane Servi avec crudités
Yogourt sans gélatine
Craquelins grains entier & fromage

24

24
Ravioli au bœuf Légumes du jour
Riz pilaf style Légumes du jour
Riz pilaf style Légumes du jour
Fruits frais
Tortillas grains entier & guacamole

24

24
Sandwich au thon Servi avec crudités
Sandwich au thon Servi avec crudités
Sandwich au tofu émincé Servi avec crudités
Yogourt sans gélatine
Galettes à l'avoine

27

Regulier	Sandwich salade de poulet Servi avec crudités
Végétarien	Sandwich haricot blanc et légumes Servi avec crudités
Végane	Sandwich haricot blanc et légumes
Dessert	Compote de pomme
Collation Coll. PM	Concombre Tartinade ranch

28

28
Macaroni au fromage Avec brocoli
Macaroni au fromage Avec brocoli
Macaroni au fromage végétane Avec brocoli
Fruits frais
Pita & tzatziki

29

29
Sandwich dinde fromage Servi avec crudités
Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Sandwich légumes / fromage Servi avec crudités
Compote de pomme
Craquelins grains entier & fromage

30

30
Tortellini de veau Avec brocoli
Tortellini au fromage Avec brocoli
Pâtes au fromage végétane Avec brocoli
Fruits frais
Smoothie à la fraise

31

31
Pizza au fromage Servi avec crudités
Pizza au fromage Servi avec crudités
Pizza au fromage végétane Servi avec crudités
Yogourt sans gélatine
Carrés aux carottes