

## Menu CPE Manche de Pelle – Installation de la Rivière

| Semaine 1<br>ÉTÉ | Lundi                                                                                                          | Mardi                                                                                                                                         | Mercredi                                                                                                             | Jeudi                                                                                    | Vendredi                                                           |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Collation        | Smoothie* et fruits<br>frais<br>Pommes, bananes et                                                             | Smoothie* et fruits<br>frais<br>Pommes, bananes et                                                                                            | Smoothie* et fruits<br>frais<br>Pommes, bananes et                                                                   | Smoothie* et fruits<br>frais<br>Pommes et                                                | Smoothie* et fruits<br>frais<br>Bananes et                         |
| Dîner            | Salade de carottes et<br>raisins, et sa vinaigrette<br><br>Carrés aux œufs<br><br>Patates grecques<br><br>Lait | Salade de légumes,<br>(Laitues, choux rouge et<br>poivrons) vinaigrette<br>Catalina<br><br>Végépaté sur muffins<br>anglais grillé<br><br>Lait | Boulettes de bœuf et<br>PVT<br>Sauce aux pêches<br><br>Orzo aux légumes<br>(carottes, mais et pois vert)<br><br>Lait | Crudités et<br>trempette au cari<br><br>Salade de macaroni<br>de blé au thon<br><br>Lait | Brocolis rôtis<br><br>Tofu général tao<br><br>Riz brun<br><br>Lait |
| Collation        | Tofu glacé à la<br>mangue*<br>Lait                                                                             | Pouding de chia à la<br>vanille et à l'érable*                                                                                                | Humus*, concombre<br>et pita de blé<br>Lait                                                                          | Pain aux bananes*<br>Lait                                                                | Compote de<br>pommes et granola<br>protéiné*<br>Lait               |

BON APPÉTIT À TOUS ET À TOUTES!

\*Collation maison

\*\*Toutes nos sauces et vinaigrettes sont  
faites maison

