



Semaine 5

	Lundi végétarien	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation a.m.	Muffin anglais	Bagel	Crêpe	Céréale	Parfait aux fruits
Soupe ou salade	Crème de tomate	Soupe aux poulet	Crudités	Jus de légumes	
Dîner	Riz tomate Saucisse Lait	Pizza au poulet sur pain pita Salade verte Lait	Sandwichs philly Salade de pâte	Couscous repas Lait	Spaghetti sauce à la viande Salade césar
Dessert	Fruit frais	Salade de fruits	Poire	Fruits frais	Yogourt
Collation p.m.	Pain pita et mousse au jambon	Pain pomme carotte	Biscuit avoine et carotte	Trempe de tofu	Boule d'énergie

Votre chef

Sylvie

