

Semaine du 1^{er} juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Céréales et lait	Gruau de la veille, chia, lait d'amande et bleuets	Pommes et beurre d'amande	Ananas et fraises	Bleuets et bananes
Diner	Poulet au beurre avec riz et brocoli	Dhal aux pois jaunes cassés et courge	Quiche au poulet et salade de kale	Riz frit au tofu avec légumes	Sandwichs aux thon et céleri avec crudités
Dessert avec lait	Compote de pommes Lait/eau	Yogourt et eau Lait/eau	Compote ou yogourt Et lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau
Collation d'après midi	Pêches et Bananes	Fraises et raisins	Biscuits aux canneberges	Muffins aux framboises	Barres tendres aux pommes et figes

Semaine du 08 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Degue ivoirien (millet, yogourt et raisins secs	Bol de smoothie	Mangues et pêches	Barre tendres maison	Ananas et bananes
Diner	Flautas aux pois chiches et coriandre avec salade de pâtes	Chili végé et pain naan	Lanières de bœuf et brocoli sur vermicelles	Boulettes de légumes en bol bouddha au quinoa	Pâté mexicain et salade
Dessert avec lait	Compote de pommes Lait/eau	Yogourt et eau Lait/eau	Compote ou yogourt Et lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau
Collation d'après midi	Muffins au bleuets	Pommes et fromage	Salade de fruits	Coulis de fruits sur yogourt grec	Bâtonnets de bretzels et raisins

Semaine du 15 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Salade de fruits	Muffins aux bananes	Oranges et pommes	Crème glacé déjeuner et granola	fruits
Diner	Riz mexicain avec laitue, tomate et avocat	Tofu general tao sur riz	Pilons de poulet avec salade de pommes de terre	Dhal de lentilles corail, patate douce et épinards	Burger de haricots noirs et salade
Dessert avec lait	Compote de pommes Lait/eau	Yogourt et eau Lait/eau	Compote ou yogourt Et lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau
Collation d'après midi	Céréales et lait	Fruits	Biscuits à l'avoine	fruits	Yogourt glacé

Semaine du 22 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation du matin	Fruits	Compote fraises et bleuets		Gruau de la veille avec fruits	Fruits
Diner	Plaque de saucisses et légumes			Quinoa à la mexicaine	Sandwich BLT vegan et salade
Dessert avec lait	Compote de pommes Lait/eau	Yogourt et eau Lait/eau	Congé Bonne Saint Jean	Compote ou yogourt Lait/eau	Compote ou yogourt Lait/eau
Collation d'après midi	Fromage et craquelins	Bâtonnets de pain doré et sirop		Fruits	Muffins aux framboises et chocolat