

MENU – SERVICE DE GARDE L’UNIVERS DES BAMBINOS

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	 VENDREDI
COLLATION	Pomme. Lait (3.25%)	Cantaloupe. Lait (3.25%)	Orange. Lait (3.25%)	Banane. Lait (3.25%)	Melon miel. Lait (3.25%)
DINER*	Pâvé Neptune (saumon) Brocoli. Fromage. Fruit frais. Lait (3.25%)	Sauté au poulet, tofu et 3 poivrons sur couscous. Concombre et tomate. Fruit frais. Lait (3.25%)	Spaghetti au blé entier, tofu, légumineuses et légumes. Salade Jardinière. Fruit frais. Lait (3.25%)	Crème de brocoli. Sandwich blé entier au porc. Bâtonnet de carotte et céleri Fruit frais. Eau	Pâté chinois lentille et bœuf. Pain de blé entier. Piment vert Dessert au fruit. Lait (3.25%)
COLLATION	Baggel blé entier et beurre d'arachide Lait (3.25%)	Pain aux bananes maison. Lait (3.25%)	Pain raisin avec fromage à la crème. Lait (3.25%)	Fromage et biscotte de blé. Eau	Pain Pumpernickel et trempette aux épinards. Lait (3.25%)

MENU – SERVICE DE GARDE L’UNIVERS DES BAMBINOS

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	 VENDREDI
COLLATION	Orange. Lait (3.25%)	Raisin. Lait (3.25%)	Melon au miel. Lait (3.25%)	Banane. Lait (3.25%)	Kiwi. Lait (3.25%)
DINER*	Quiche maison aux asperges. Pomme de terre en quartier. Tomate. Pain blé entier. Fruit frais. Lait (3.25%)	Sloppy Joe bœuf et lentille sur pain. Salade de chou Piment rouge Fruit frais. Lait (3.25%)	Pâte 3 couleurs, haricots rouges et légumes. Bâtonnet de céleri et carotte. Fruit frais. Lait (3.25%)	Cigares aux choux. Riz aux légumes. Concombre. Fruit. Lait (3.25%)	Soupe de légumes/boeuf (chou-fleur, carotte, maïs) Sandwich blé entier au saumon. Dessert au fruit Lait (3.25%)
COLLATION	Yogourt et céréale de grain entier. Eau	Pain Zuchini maison. Lait (3.25%)	Tortilla de blé grillé au four et salsa maison. Lait (3.25%)	Crudités : tomate cerise, brocoli, concombre, champignon. Lait (3.25%)	Biscuit grain entier, fromage a la crème. Eau

MENU – SERVICE DE GARDE L’UNIVERS DES BAMBINOS

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION	Cantaloupe. Lait (3.25%)	Pomme. Lait (3.25%)	Orange. Lait (3.25%)	Banane. Lait (3.25%)	Kiwi. Lait (3.25%)
DINER*	Macaroni au bœuf, lentille et tomate. Haricot vert. Concombre. Fruit frais. Lait (3.25%)	Riz chinois au tofu, œufs et légumes. Pain blé entier à l’ail. Tomate et céleri. Fruit frais. Lait (3.25%)	Pizza pita (blé) au goberge et légumes. Salade césar Fruit frais. Lait (3.25%)	Lasagne, légumineuses et épinards. Salade du chef. Dessert au fruit Lait (3.25%)	Soupe au poulet et nouille. Sandwich au fromage grillé (blé entier). Concombre et carotte Fruit frais. Lait (3.25%)
COLLATION	Roulé (blé entier) italien avec fromage. Lait (3.25%)	Pain aux céréales et raisin sec maison. Lait (3.25%)	Crudités : piment vert, chou-fleur, concombres, carottes. Lait (3.25%)	Pita au blé avec compote de pomme. Lait (3.25%)	Œufs dur et muffin anglais au blé entier. Eau

MENU – SERVICE DE GARDE L’UNIVERS DES BAMBINOS

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION	Pomme. Lait (3.25%)	Melon au miel. Lait (3.25%)	Cantaloupe. Lait (3.25%)	Banane. Lait (3.25%)	Orange. Lait (3.25%)
DINER*	Filet de poisson aux herbes et citron. Nouille aux œufs et tomates. Légumes chauds. Piment et céleri Fruit frais. Lait (3.25%)	Sandwich (blé entier) au poulet et tofu chaud en sauce. Purée de pomme de terre. Petit pois. Fruit frais. Lait (3.25%)	Délice au jambon, tofu et piment sur vermicelle de riz Maïs en grain. Tomate. Pain de blé. Fruit frais. Lait (3.25%)	Soupe aux champignons/ carottes maison. Pain a l’ail. Œuf à la coque. Fruit frais. Eau	Pâté (blé entier) au poulet, tofu et légumes de Tante Alice. Salade verte. Dessert au fruit. Lait (3.25%)
COLLATION	Creton maison sur muffin anglais au blé entier. Eau	Barre granola maison à l’avoine et raisin sec. Lait (3.25%)	Fromage cottage aux fruits avec biscotte blé entier. Lait (3.25%)	Yogourt et céréale de grain entier. Eau	Hummus sur pain pita blé entier. Lait (3.25%)

MENU – SERVICE DE GARDE L’UNIVERS DES BAMBINOS

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COLLATION	Raisin. Lait (3.25%)	Pomme. Lait (3.25%)	Melon au miel. Lait (3.25%)	Banane. Lait (3.25%)	Cantaloupe. Lait (3.25%)
DINER*	Chili avec tofu légumineuses et petit pain. Cube de fromage. Piment vert. Fruit frais. Lait (3.25%)	Pain de viande et lentille. Purée de pomme de terre. Pain blé entier. Tomate. Fruit. Lait (3.25%)	Soupe au riz et tomate. Sandwich blé entier aux œufs. Concombre et carotte. Fruit frais. Lait (3.25%)	Poisson Bassa en sauce. Salade couscous. Macédoine de légumes. Céleri. Fruit frais. Lait (3.25%)	Fajitas au poulet, tofu, piment rouge et vert. Salade du chef. Dessert aux fruits. Lait (3.25%)
COLLATION	Pain au raisin et fromage à la crème. Lait (3.25%)	Pain aux carottes. Lait (3.25%)	Crudités : piment vert, navet, radis, tomates. Lait (3.25%)	Trempelette mexicaine avec tortilla blé entier grillé au four. Lait (3.25%)	Pâté de jambon sur pain baguette. Eau

Selon la saison, les coûts, la disponibilité de certains aliments, et le souci d’offrir une variété intéressante dans notre menu voici des exemples des aliments qui peuvent être offert à votre enfant.

Vous aurez qu’à vous référer au babillard de l’alimentation au vestiaire pour voir les détails du menu du jour.

Bonne appétit à tous !!

Eau : L’eau est servie à volonté aux enfants pendant la journée.

Allergie alimentaire : Le menu est fait en fonction des allergies alimentaires présentent dans notre CPE.

Fruit au dessert : Prune, poire, fraise, bleuet, melon d’eau, nectarine, pêche, mangue, raisin rouge et vert, ananas, kiwi, pomme, orange, banane, melon au miel, cantaloup, framboise.

Variété de pain tranché : Blé entier, 9 céréales, «pumpernickel», seigle, lin, etc...