



ÉCOLE DES ÉCRIVAINS

SERVICE DE GARDE MARSUPIL'AMI

MENU POUR L'ANNÉE SCOLAIRE 2022-2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine 1 29 août, 3 octobre, 7 novembre, 12 décembre, 30 janvier, 13 mars, 17 avril, 22 mai.	Jus de légumes Pâté au saumon Salade du moment ! Biscuits à l'avoine	Croustilles de pita et tartina de tofu Spaghetti Sauce tomates et fromage, Verdurette Fruits en coupe	Salade de légumineuses Taco mexicain Crudités et fromage Muffin aux bananes	Crème de carottes Saucisses Stroganoff et champignons Nouilles aux œufs et poivrons rouges grillés, légumes verts Sorbet aux fruits	Jus de légumes Salade ensoleillée Rouleau à la salade de poulet Danoises aux fruits
Semaine 2 5 septembre, 10 octobre, 14 novembre, 19 décembre, 6 février, 20 mars, 24 avril, 29 mai.	Soupe aux légumes Lanières de poulet Riz sauvage Crudités du moment Compote de fruits	Jus de légumes Pennes gratinées aux épinards Crudités Yogourt aux fruits	Crudités Salade de couscous au jambon, légumes et canneberges Galette à l'avoine	Jus de légumes Velouté de poulet sur muffin anglais, mélange d'haricots Gâteau aux carottes	Craquelin et hummus Ragoût de boulettes Pommes de terre, légumes Fruits en coupe
Semaine 3 12 septembre, 17 octobre, 21 novembre, 9 janvier, 13 février, 27 mars, 1 ^{er} mai.	Brochette tomates et fromage Boulettes suédoises Pomme de terre en purée Légumes de saison Pouding au chocolat	Crudités et trempette Lasagne et salade césar Yogourt aux fruits	Salade du chef ! Pâté chinois, crudités Muffin aux 4 fruits	Jus de légumes Filet de porc au sirop d'érable Pommes de terre assaisonnées Légumes de saison Fruits en coupe	Salade du moment ! Pizza aux saucisses italiennes sur pain naan, crudités Yogourt glacé
Semaine 4 19 septembre, 24 octobre, 28 novembre, 16 janvier, 20 février, 3 avril, 8 mai.	Biscotte et fromage Salsa-saucisse, riz espagnol Haricots verts et jaunes Bol de crème glacée	Salade du chef ! Tortellini sauce rosée Légumes verts Yogourt aux fruits	Bouchées de concombre et tomates cerises Chili texan au bœuf et légumes, riz blanc Fruits en coupe	Jus de légumes Filet de sole Panko et fines herbes, farfalles Légumes de saison Petits biscuits aux fruits !	Crudités et trempette Poitrine de poulet BBQ Orzo aux légumes Yogourt « grano »
Semaine 5 26 septembre, 31 octobre, 5 décembre, 23 janvier, 27 février, 10 avril, 15 mai.	Craquelins et tartina de thon Tofu général tao avec poivrons colorés Riz basmati Brownies maison	Soupe poulet et nouilles Cubes de poulet et pommes de terre à la grecque ! Salade de chou, carottes et pommes Dessert glacé du moment	Salade du chef ! Spirales au bœuf et légumes Yogourt aux fruits	Crudités du moment Mini pain de viande parmigiana Pommes de terre en purée, légumes de saison Jell-O	Crème de légumes Quiche fromage et épinards Salade saisonnière fruitée Muffin au yogourt et framboises



- Semaines du 5, 12 et 19 juin, menu estival. Il vous sera envoyé au mois de juin. Le 31 octobre, menu HALLOWEEN et le 21 décembre, menu NOËL !
- Un verre de lait est servi à tous les repas. Aussi, des fruits sont à la disposition des enfants tous les jours.

BON APPÉTIT!

