

**Début: 20 mai 2024**  
**Fin: 14 juin 2024**

# CPE Narnia

	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>AM</b>	Céréales grains entiers	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais	Fruits frais
<b>Semaine 1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>Lunch</b>	Fermé	Riz au curcuma & lentilles Sauce noix de coco	Rigatoni au poulet Sauce tomate & épinards	Soupe boeuf et orge Craquelins premium	Tofu aigre-doux & nouilles chow mein
<b>Végétarien</b>		Riz au curcuma & lentilles Sauce noix de coco	Rigatoni au fromage Sauce tomate & épinards	Soupe haricots et orge Craquelins premium	Tofu aigre-doux & nouilles chow mein
<b>Vegan</b>		Riz au curcuma & lentilles Sauce noix de coco	Rigatoni au fromage Sauce tomate & épinards	Soupe haricots et orge Craquelins premium	Tofu aigre-doux & nouilles chow mein
<b>Dessert</b>		Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt aux fruits	Fruits frais
<b>PM Snack</b>		Mini croissant Fromage à la crème	Crudités & hummus	Galette de riz Tartinade à l'avocat	Galettes banane etavoine
<b>Semaine 2</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
<b>Lunch</b>	Soupe minestrone végétane avec pain grains entiers	Poulet à la king Servi avec riz	Spaghetti à la viande et légumes	Pizza deux fromages Servi avec crudités	Pâtes tex mex au boeuf haricots, maïs & poivrons
<b>Végétarien</b>	Soupe minestrone végétane avec pain grains entiers	Ragoût haricot Servi avec riz	Spaghetti sauce tofu et légumes	Pizza deux fromages Servi avec crudités	Pâtes tex mex haricots, maïs & poivrons
<b>Vegan</b>	Soupe minestrone végétane avec pain grains entiers	Ragoût haricot Servi avec riz	Spaghetti sauce tofu et légumes	Pizza au fromage vegan Servi avec crudités	Pâtes tex mex haricots, maïs & poivrons
<b>Dessert</b>	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt aux fruits	Fruits frais	Yogourt aux fruits
<b>PM Snack</b>	Biscuit soleil	Crudités trempe à César	Craquelins & fromage	Smoothie aux petits fruits	Muffin aux courgettes
<b>Semaine 3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>Lunch</b>	Riz espagnol au poulet & haricots	Ragoût aux pois chiche Mélange couscous & quinoa	Sandwich au thon Servi avec crudités	Macaroni Chinois au tofu	Hamburger steak Purée de pomme de terre Petits pois
<b>Végétarien</b>	Riz espagnol aux haricots	Ragoût aux pois chiche Mélange couscous & quinoa	Sandwich au thon Servi avec crudités	Macaroni Chinois au tofu	galette végétane Purée de pomme de terre Petits pois
<b>Vegan</b>	Riz espagnol aux haricots	Ragoût aux pois chiche Mélange couscous & quinoa	Sandwich tofu émincé Servi avec crudités	Macaroni Chinois au tofu	galette végétane Purée & petits pois
<b>Dessert</b>	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt aux fruits	Fruits frais	Yogourt aux fruits
<b>PM Snack</b>	Pita & tartinade de crème sûre	Galette de riz & hummus	Bâtonnets gressins & wow butter	Crudités & fromage	Galettes raisins avoine
<b>Semaine 4</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>Lunch</b>	Riz frit au poulet et chou	Penne grains entiers gratinée, sauce rosée brocoli & pois chiche	Filet de sole, carottes Pomme de terre en purée	Pâtes au boeuf stroganoff	Quessadilla au fromage Servi avec crudités
<b>Végétarien</b>	Riz frit au tofu et chou	Penne grains entiers gratinée, sauce rosée brocoli & pois chiche	Filet de sole, carottes Pomme de terre en purée	Pâtes aux champignons stroganoff	Quessadilla au fromage Servi avec crudités
<b>Vegan</b>	Riz frit au tofu et chou	Penne, fromage vegan sauce de tomates & brocoli	Galette vegan, carottes Pomme de terre en purée	Pâtes aux champignons stroganoff	Quessadilla au fromage vegane, avec crudités
<b>Dessert</b>	Compote de pomme	Fruits frais	Yogourt aux fruits	Fruits frais	Yogourt aux fruits
<b>PM Snack</b>	Mini pretzels & cubes de fromage	Crudités & tartinade de thon	Bagel & cream cheese Fromage à la crème	Craquelins Breton & Tartinade aux haricots	Muffin aux pépites de chocolat

- ✓ Pour des raisons hors de notre contrôle, le menu peut être sujet à modification sans préavis
- ✓ Aucun remboursement ne sera appliqué s'il adviendrait un éventuelle tempête de neige
- ✓ Toutes nos viandes et volailles proviennent de fournisseur certifié Halal
- ✓ Nos installations sont sans noix, nous ne servons aucun porc ni de fruits de mer
- ✓ Options végétariennes et substitutions aux allergènes sont disponibles sur demande
- ✓ La purée pour les poupons est disponible sur demande



Traiteur Evoosanté inc  
 Tel. 514-400-4545