

## Menu 2022-2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Sem 1</b>	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*
	P.M : Légumes et trempette	P.M : Tapioca et fraises	P.M : Craquelins et fromage	P.M : Bagel et fromage à la crème	P.M : Légumes, hummus et cheddar
<b>Sem 2</b>	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*
	P.M : Légumes et trempette	P.M : Pouding au riz et raisins secs	P.M : Guacamole et craquelins	P.M : Pommes et beurre de soya	P.M : Céréales et lait
<b>Sem 3</b>	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*
	P.M : Légumes et fromage cottage	P.M : Galette de riz et beurre de soya	P.M : Pita roulé au poulet	P.M : Yogourt, dattes et granola	P.M : Pain aux raisins et compote
<b>Sem 4</b>	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*
	P.M : Barres tendres multigrains et yogourt	P.M : Croissant et confiture	P.M : Légumes et trempette	P.M : Galette de riz et fromage à la crème	P.M : Roulade de thon
<b>Sem 5</b>	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*	A.M : Fruits frais*
	P.M : Smoothie et biscuits	P.M : Légumes et trempette	P.M : Muffin et yogourt	P.M : Barres tendres multigrains et compote	P.M : Craquelin et salade de poulet

**\*Du lait sera servi à la collation A.M.**