

La Boîte à soleil **Menu / Menu**



MENU 3

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Collation du matin <i>Morning Snack</i>	Céréales nutritives (Céréales sans lait) <i>Nutritious cereal</i> (Cereal no milk)	Pêches dans l'eau <i>Peaches in water</i>	Bananes et biscuit Arrowroot <i>Bananas and arrowroot cookies</i>	Danoise aux bleuets (compote de pommes) <i>Blueberry danish</i> (applesauce)	Mandarines dans l'eau <i>Mandarins in water</i>
	Lait/Milk	Lait/Milk	Eau/Water	Lait/Milk	Eau/water
Dîner <i>Lunch</i>	Tomates cerises <i>Cherry tomatoes</i>	Tranches de concombre <i>Cucumber slices</i>	Tranches de piment rouge <i>Red pepper slices</i>	Morceaux de brocoli <i>Broccoli pieces</i>	Bâtonnets de carotte <i>Carrot sticks</i>
	Muffin aux légumes et quinoa et salade César <i>Quinoa and vegetable muffins with Caesar salad</i>	Ragout de patate, jambon et brocoli <i>Hash brown casserole with ham and broccoli</i>	Hamburger et épi de maïs <i>Hamburger and corn on the cob</i>	Riz frit au poulet avec légumes <i>Chicken fried rice with vegetables</i>	Spaghetti au boeuf et sauce rouge <i>Beef spaghetti with red sauce</i>
	Sorbet <i>Sorbet</i>	Pudding sans sucre <i>Sugar free pudding</i>	Melon d'eau <i>Watermelon</i>	Poires fraîches <i>Fresh pears</i>	Petite tarte aux citron <i>Lemon tarts</i>
	Lait/Milk	Lait/Milk	Lait/Milk	Lait/Milk	Lait/Milk
Collation après-midi <i>Afternoon Snack</i>	Pommes et oranges <i>Apples and oranges</i>	Méli-mélo (fruit frais) <i>Nutritious bits and bites</i> (fresh fruit)	Muffin aux fraises (sans lait ou œufs) <i>Strawberry muffins</i> (no milk or eggs)	Concombres, carottes et tomates cerises avec trempette au yogourt <i>Cucumbers, carrots and cherry tomatoes with yogurt dip</i>	Collation variée <i>Variable snack</i>
	Eau/Water	Lait/Milk	Eau/Milk	Eau/Water	Lait/Milk