

La Boîte à soleil



MENU 1

Menu Automne/Hiver 2025-2026

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Collation du matin <i>Morning Snack</i>	Galette de riz et beurre de soja	Yogourt aux fruits avec graines de chia (compote de pommes)	Céréales nutritives (céréales sans lait)	Bretzel avec sauce au fromage (fruit frais)	Mandarines et gaufrette italienne (pizzelles)
	<i>Rice cakes with Wow Butter</i>	<i>Fruit yogurt with chia seeds (applesauce)</i>	<i>Nutritious cereal (cereal without milk)</i>	<i>Soft pretzel with cheese sauce (fresh fruit)</i>	<i>Tangerines and Italian waffles (pizzelles)</i>
	Lait/ <i>Milk</i>	Eau/ <i>Water</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Eau/ <i>Water</i>	Eau/ <i>Water</i>
Dîner <i>Lunch</i>	Bâtonnets de carottes	Tranches de concombres	Tranches de piments rouges	Tomates cerises	Morceaux de brocoli
	<i>Carrot sticks</i>	<i>Cucumber slices</i>	<i>Red pepper slices</i>	<i>Cherry tomatoes</i>	<i>Broccoli pieces</i>
	Soupe minestrone et petit pain	Riz frit au poulet et légumes	Filets de poissons panés avec des patates douces	Casserole à l'orge et légumes	Goulash au bœuf avec macaroni
	<i>Minestrone soup and small bun</i>	<i>Chicken fried rice and vegetables</i>	<i>Breaded fish fillets with sweet potatoes</i>	<i>Barley and vegetable casserole</i>	<i>Beef goulash with macaroni</i>
	Sorbet	Salade de fruits dans l'eau	Tranches de pêches dans l'eau	Gâteau aux patates douces (sans lait, sans œufs)	Tartelette aux pommes (sans lait, sans œufs)
	<i>Sorbet</i>	<i>Fruit cocktail in water</i>	<i>Peach slices in water</i>	<i>Sweet potato cake (without milk and eggs)</i>	<i>Apple tarts (without milk and eggs)</i>
	Lait/ <i>Milk</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Lait/ <i>Milk</i>
Collation après-midi <i>Afternoon Snack</i>	Compote de pommes et craquelins Ritz	Muffins aux bleuets (sans lait, sans œufs)	Pommes et oranges	Piments, carottes et brocoli avec une trempette au yogourt	Collation variée
	<i>Applesauce and Ritz crackers</i>	<i>Blueberry muffins (without milk and eggs)</i>	<i>Apples and oranges</i>	<i>Peppers, carrots and broccoli with a yogurt dip</i>	<i>Variable snack</i>
	Eau/ <i>Water</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Eau/ <i>Water</i>	Lait/ <i>Milk</i>	Lait/ <i>Milk</i>

Les alternatives d'allergies (oeufs, produits laitiers) sont en rouge / Alternate meals for allergies (eggs, milk products) are in red.

Poupons: pas de miel / no honey