

# La Boîte à soleil



## MENU 4

## Menu Automne/Hiver 2025-2026

|                                                       | lundi                                                                                | mardi                                                                                              | mercredi                                                                                                                               | jeudi                                                                                                              | vendredi                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Collation du matin</b><br><i>Morning Snack</i>     | Compote de pommes et biscuit à thé<br><br><i>Applesauce and tea biscuit</i>          | Mandarines dans l'eau<br><br><i>Mandarines in water</i>                                            | Croissants avec sauce aux fruits faite maison<br><br><i>Croissants with homemade fruit sauce</i>                                       | Céréales nutritives<br><i>(céréales sans lait)</i><br><br><i>Nutritious cereal</i><br><i>(cereal without milk)</i> | Pêches dans l'eau<br><br><i>Peaches in water</i>                                                                       |
|                                                       | Lait/ <i>Milk</i>                                                                    | Eau/ <i>Water</i>                                                                                  | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                                      | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                  | Eau/ <i>Water</i>                                                                                                      |
| <b>Dîner</b><br><i>Lunch</i>                          | Tranches de concombres<br><br><i>Cucumber slices</i>                                 | Tranches de piments rouges<br><br><i>Red pepper slices</i>                                         | Morceaux de choux-fleurs<br><br><i>Cauliflower pieces</i>                                                                              | Bâtonnets de carottes<br><br><i>Carrot sticks</i>                                                                  | Morceaux de brocoli<br><br><i>Broccoli pieces</i>                                                                      |
|                                                       | Crêpes avec saucisses à la dinde<br><br><i>Pancakes and turkey sausages</i>          | Casserole chou farci au bœuf<br><br><i>Beef cabbage roll casserole</i>                             | Soupe au poulet et nouille avec du pain au blé entier<br><br><i>Chicken noodle soup with whole wheat bread</i>                         | Chili au bœuf et riz<br><br><i>Beef chili and rice</i>                                                             | Spaghetti avec une sauce aux tomates et légumes<br><br><i>Spaghetti with a tomato and vegetable sauce</i>              |
|                                                       | Salade de fruits dans l'eau<br><br><i>Fruit cocktail in water</i>                    | Yogourt aux fruits<br><i>(compote de pommes)</i><br><br><i>Fruit yogurt</i><br><i>(applesauce)</i> | Gâteau au yogourt et bleuets<br><i>(sans lait, sans œufs)</i><br><br><i>Blueberry and yogurt cake</i><br><i>(without milk or eggs)</i> | Tranches de pommes<br><br><i>Apple slices</i>                                                                      | Biscuit aux fraises<br><i>(sans lait, sans œufs)</i><br><br><i>Strawberry cookies</i><br><i>(without milk or eggs)</i> |
|                                                       | Lait/ <i>Milk</i>                                                                    | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                  | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                                      | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                  | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                      |
| <b>Collation après-midi</b><br><i>Afternoon Snack</i> | Craquelins Goldfish avec fromage en cube<br><br><i>Goldfish crackers with cheese</i> | Poires et bâtonnets de pain<br><br><i>Pears and bread sticks</i>                                   | Piments, carottes et tomates cerises avec une trempette au yogourt<br><i>Peppers, carrots and cherry tomatoes with a yogurt dip</i>    | Muffins aux agrumes<br><i>(sans lait, sans œufs)</i><br><br><i>Citrus muffins</i><br><i>(without milk or eggs)</i> | Collation variée<br><br><i>Variable snack</i>                                                                          |
|                                                       | Eau/ <i>Water</i>                                                                    | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                  | Eau/ <i>Water</i>                                                                                                                      | Eau/ <i>Water</i>                                                                                                  | Lait/ <i>Milk</i>                                                                                                      |

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

Poupons: pas de miel / no honey