



CPE LACHINE MENU AUTOMNE/HIVER - FALL/WINTER MENU



AM

Collation /
Snack

<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Semaine 1
Week 1

LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
Spaghetti sauce à la viande carottes Spaghetti with Meat Sauce Carrots	Soupe à l'orge et lentilles Sandwichs au fromage Barley & Lentil Soup Cheese Sandwiches	Pain de Viande Purée de pommes de terre broccoli Meat Loaf & mashed potatoes Broccoli	Lasagne Végétarienne Vegetarian Lasagna	Filet de poisson couscous & maïs Fish Filet Couscous, Corn

Semaine 2
Week 2

LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
Pâtes avec sauce rosée aux lentilles Brocoli Pasta with Rosé Lentil Sauce Broccoli	Soupe purée de légumes Sandwichs à la salade de poulet Vegetable Soup Purée Chicken Salad Sandwiches	Chili avec riz Carottes Chili with rice Carrots	Pâtes avec sauce aux tomates & fromage, haricots verts Pasta with Tomato & Cheese Sauce, Green Beans	Soupe purée de chou-fleur Roulé à la Dinde Cauliflower Soup Purée Turkey Wraps

Semaine 3
Week 3

LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
Spaghetti sauce à la viande Haricots verts Spaghetti with Meat Sauce Green Beans	Soupe au poulet, légumes et riz Sandwichs au fromage grillé Chicken Vegetable Rice Soup Grilled Cheese Sandwiches	Pâté chinois Shepherd's Pie	Poulet avec Sauce aigre-douce & couscous Pois et Carottes Chicken with Sweet & Sour Sauce, Couscous, Peas & Carrots	Soupe purée de carottes Roulé au Thon ou Fromage Carrot Soup Purée Tuna or Cheese Wraps

Semaine 4
Week 4

LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
Pâtes Alfredo Haricots jaunes Pasta Alfredo Wax Beans	Soupe aux légumes Roulé à la Dinde Vegetable Soup Turkey Wraps	Boeuf teriyaki & macaroni avec petits pois Beef Teriyaki Macaroni with peas	Gasserole de Thon avec riz et brocoli Tuna Casserole with broccoli	Soupe aux légumes et haricots Pizza aux tomates Vegetable & Bean Soup Tomato Pizza

PM
Collation
Snack

BARRE GRUAU & RAISIN	YAOURT	BATONNETS AU FROMAGE & FRUITS TRANCHÉS	PITA, HOUMMOUS, CONCOMBRE	COMPOTE DE POMMES AUX FRUITS ET GALETTES DE RIZ
OATMEAL RAISIN-BARS	AVEC FRUIT DE SAISON YOGURT & SEASONAL FRUIT	CHEESE STICKS & SLICED FRUIT	PITA, HUMMUS, CUCUMBER	FRUIT APPLESAUCE & RICE CAKES

NB: Bread products are 100% whole wheat

NB: Nous utilisons du pains à 100% du blé entier