



MENU PRINTEMPS/D'ÉTÉ CPE LACHINE SPRING /SUMMER MENU

Collation / Snack AM	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>	<i>Fruit frais / Fresh fruit</i>
	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	 VENDREDI / FRIDAY
Semaine 1 Week 1	Spaghetti de blé entier avec Sauce à la viande et carottes Whole Wheat Spaghetti with Meat Sauce & Carrots	Couscous avec sauce tomate Pois chiches, céleri, oignon, zucchini et carottes Couscous with Chick Peas, celery, onion, zucchini & carrots in Tomato Sauce	Lasagne végétarienne Vegetarian Lasagna	Filets de basa aux herbes au four Patates et maïs en grains Baked Herb Basa Fillets Potatoes & Corn	Sandwichs au fromage avec du pain 100% blé entier Légumes frais du marché avec trempette à l'oignon Cheese Sandwiches w/ 100% Whole Wheat Bread Fresh Veggie Platter with Onion Dip
	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	 VENDREDI / FRIDAY
Semaine 2 Week 2	Casserole de macaroni, bœuf et fromage Brocoli Cheesy Beef 'n' Mac Bake Broccoli	Lanières de poulet à la sauce aigre-douce, riz brun, petits pois et carottes Chicken Strips with Sweet & Sour Sauce Brown Rice, Peas & Carrots	Hamburgers Salade de tomates et concombres Hamburgers Tomato & Cucumber Salad	Casserole de thon Salade de haricots verts Tuna Casserole Green Bean Salad	Wrap de salade de poulet au blé entier 100% Légumes frais avec trempette à l'aneth 100% Whole Wheat Chicken Salad Wraps Fresh Veggie Platter with Dill Dip
	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	 VENDREDI / FRIDAY
Semaine 3 Week 3	Lasagne de blé entier avec Légumes mélangés et dinde hachée Whole wheat Lasagna noodles with Mixed Vegetables & Ground Turkey	Sandwichs au fromage grillé avec du pain 100% blé entier Salade de six haricots avec vinaigrette aux agrumes Grilled Cheese Sandwiches w/ 100% Whole Wheat Bread Six Bean Salad with Citrus dressing	Chili avec du riz brun Carottes Chili with Brown Rice Carrots	Fajitas de blé entier au poulet Poivrons rouges et jaunes Chicken and whole wheat Fajitas Red & Yellow Peppers	Sandwichs à la salade de thon avec pain de blé entier à 100% Légumes frais avec trempette à l'oignon Tuna Salad Sandwiches w/ 100% Whole Wheat Bread Fresh Veggie Platter with Onion Dip
	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	 VENDREDI / FRIDAY
Semaine 4 Week 4	Pâtes de type coquillage avec sauce rosée et pois chiches Chou-fleur Shell Pasta with Rosé Sauce and Chick Peas Cauliflower	Boulettes de dinde avec du riz brun Salade romaine avec vinaigrette aux agrumes Turkey Meatballs with Brown Rice Romaine Salad with Citrus Dressing	Teriyaki de bœuf avec macaroni Concombres en tranches Beef Teriyaki with Macaroni Sliced Cucumbers	Filet de sole au four avec sauce au citron et à l'aneth Couscous et légumes variés Baked Fillet of Sole w/ Lemon Dill Sauce Couscous & Mixed Vegetables	Pizza aux tomates avec des cubes de fromage mozzarella Légumes frais avec trempette au concombre Tomato Pizza with mozzarella cheese cubes Fresh Veggie Platter with Cucumber Dip
PM Collation/Snack	BÂTONNETS DE FROMAGE & FRUITS TRANCHÉS CHEESE STICKS & SLICED FRUIT	YOGOURT AVEC FRUIT DE SAISON YOGURT & SEASONAL FRUIT	MUFFINS MAISON AUX FRUITS FRUITS TRANCHÉS HOMEMADE FRUIT MUFFINS SLICED FRUIT	PITA, HOUMMOUS, CONCOMBRE PITA, HUMMUS, CUCUMBER	COMPOTE DE POMMES AUX FRUITS BÂTONNETS DE FROMAGE FRUIT APPLESAUCE CHEESE STICKS