

Menu hiver 2026-2027-Garderie Le Royaume des Enfants I&II

Dates	Moment	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine I 05 oct 02 nov 30 nov 28 déc 25 janv 22 fév 22 mars 19 avril 17 mai	Collation AM	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait
	Dîner	Casserole d'œufs, pomme de terre et fromage en grains	Pizza au poulet et poivrons sur pain naan, concombres	Spaghetti à la protéine végétale sauce tomate, légumes	Croque au thon sur muffin anglais, crudités et trempette ranch	Tofu au beurre sur riz basmati, pain naan, brocolis et carottes
	Collation PM	Yogourt & céréales	Gâteau santé wowbutter et cacao	Pomme et fromage	Brownie aux haricots noirs	Gâteau aux bananes
Semaine II 12 oct 09 nov 07 déc 04 janv 01 fév 01 mars 29 mars 26 avril 24 mai	Collation AM	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait
	Dîner	Macaroni à la viande (boeuf), macédoine	Salade-repas cobb (jambon, œufs, fromage et légumes) sur couscous	Riz aux lentilles, yogourt grec, chou fleur et brocoli	Sandwich au poulet, concombres	Poisson à la césar, patates grelots, haricots vert
	Collation PM	Sushi à la banane et wowbutter	Pouding chia aux petits fruits	Yogourt & granola	Galette à l'avoine	Barre tendre aux pommes
Semaine III 19 oct 16 nov 14 déc 11 janv 08 fév 08 mars 5 avril 3 mai	Collation AM	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait
	Dîner	Boucles au thon gratinées, macédoine	Olé rouleau (tortilla, tofu, haricots et salsa), crème sure, salade mexicaine	Quiche au brocoli et fromage, salade de patates	Poulet à la grecque, patates, carottes, sauce tzatziki	Burger végé, crudités et trempette
	Collation PM	Yogourt & granola	Barre tendre pommes framboises	Craquelins & fromage	Muffins aux bananes	Biscuit magique
Semaine IV 26 oct 23 nov 21 déc 18 janv 15 fév 15 mars 12 avril 10 mai	Collation AM	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait	Fruit & lait
	Dîner	Jambon à l'érable, patates au four, carottes en dès	Poke bol au saumon (riz, saumon légumes) craquelins Breton	Pâtes au tofu sauce rosée; brocoli	Sandwich aux œufs salade colorée aux légumes	Pâté chinois, betteraves
	Collation PM	Compote de fruits & fromage	Gruau froid aux petits fruits	Yogourt & céréales	Muffin aux pommes	Carrés aux fraises
Le dîner est toujours servi avec un verre de lait						