

OMS MONTESSORI

SEPTEMBRE

• MENU BAMBIN ET CASA •

COLLATIONS SERVIS AVEC LAIT OU EAU

LUN AM: Compote de pommes avec craquelins

MAR AM: Muffin avec fromage

MER AM: Yogourt avec bananes

JEU AM: Pain aux bananes avec raisons frais

VEN AM: Bagel avec fromage à la crème

PM: Gâteau de riz avec confitures

PM: Mais soufflé léger avec oranges

PM: Croustille tortilla avec salsa

PM: Fromage et craquelins

PM: Houmous avec pain Naan

METS PRINCIPAUX SERVIS AVEC FRUITS ET LAIT OU EAU

LUNDI 3	MARDI 4	MERCREDI 5	JEUDI 6	VENREDI 7
L'ÉCOLE EST FERMÉ	Pâté chinois au bœuf avec salade jardinière et vinaigrette ranch	Penne Marinara avec poulet et légumes rôtis	Quesadilla avec salade caesar	Poulet à la King avec pain italien et carotte et concombre
10 Salade de poulet avec craquelins et bâtonnets de légumes avec vinaigrette ranch	11 Taco au bœuf avec riz, légumineuses, cheddar et salade romaine et crème	12 Roulés de dinde avec carotte et concombre	13 Sauté de poulet avec riz	14 Lasagne au bœuf avec légumes rôtis et pain italien
17 Général Tso végétarien avec riz et salade jardinière	18 Saucisse à la dinde avec patates douces et haricots verts	19 Salade caesar avec poulet et pain italien	20 Boeuf bourgignon avec pommes de terre en purée et légumes à la vapeur	21 Poulet BBQ avec macaroni au fromage et carottes rôties
24 Pâté au poulet avec salade caesar	25 Penne Marinara avec boulettes de viande et légumes rôtis	26 Poulet rôti salade avec pain Naan et carottes et concombre	27 Chili au bœuf avec Naan et carottes et concombre	28 Pizza aux légumes et poulet avec salade jardinière
1	2	3	4	5