

Menu d'automne 🍂

28 septembre au 2 octobre 2020

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre chef César, sous différents airs de musique latine, il concocte chaque jour, des repas inspirés de ses créations à partir de produits saisonniers, le plus souvent que possible locaux et biologiques ! Chauds, froids, végétariens, végétaliens, légers ou plus consistants, les mets offerts sur le menu varient pour satisfaire tous les goûts. Occasionnellement, il y a un plat de viande, soit les meilleures viandes et volailles naturelles issues de notre terroir ou un plat de poisson provenant de pêcheries et aquacultures durables. Les aliments que les Loups avalent sont leur source d'énergie principale ! Alors, nous portons une attention particulière à ce que nous leur servons. C'est important pour nous que la provenance de nos produits soit presque toujours locale et biologique, mais c'est toujours frais et c'est toujours préparé avec soins à la garderie pour nos Petits Loups.

Lundi

Collation : Prune

Dîner : Soupe aux légumes et craquelin de blé

Collation : Gruau chaud et confiture de petits fruits

Mardi

Collation : Pommes

Dîner : Salade de couscous aux herbes servi avec falafels et crème sûre

Collation : Carré aux dattes et yogourt nature

Mercredi

Collation : Orange

Dîner : Grilled-cheese au cheddar fort poivre et à la courge musquée

Collation : Hummus et crudités

Jeudi

Collation : Bananes

Dîner : Curry à la courge, riz basmati et sauce coco

Collation : Compote de pomme et tartine de beurre de noisette sur pain entier

Vendredi

Collation : Smoothie de petits fruits

Dîner : Polpettes de boeuf mijoté, sauce tomate et pâtes

Collation : Galette à l'avoine et fraises avec lait de soya à la vanille

Menu d'automne 🍂

5 au 9 octobre 2020

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre chef César, sous différents airs de musique latine, il concocte chaque jour, des repas inspirés de ses créations à partir de produits saisonniers, le plus souvent que possible locaux et biologiques ! Chauds, froids, végétariens, végétaliens, légers ou plus consistants, les mets offerts sur le menu varient pour satisfaire tous les goûts. Occasionnellement, il y a un plat de viande, soit les meilleures viandes et volailles naturelles issues de notre terroir ou un plat de poisson provenant de pêcheries et aquacultures durables. Les aliments que les Loups avalent sont leur source d'énergie principale ! Alors, nous portons une attention particulière à ce que nous leur servons. C'est important pour nous que la provenance de nos produits soit presque toujours locale et biologique, mais c'est toujours frais et c'est toujours préparé avec soins à la garderie pour nos Petits Loups.

Lundi

Collation : Pommes et mélange de noix

Dîner : Potage à la citrouille, pesto vert et graines de citrouilles torrifiées

Collation : Muffins aux bananes et dattes avec lait végétale à l'avoine

Mardi

Collation : Oranges

Dîner : Sole sauce aux herbes, accompagnées de fusillis au pesto de tomates séchées courgette et feta vegan

Collation : Pikilia (Tzatziky, feta, olives, feuilles de vignes, concombre, tomates cerise et pita)

Mercredi

Collation : Bananes

Dîner : Tortilla española et salade de légumineuses

Collation : Muesli maison et yogourt nature

Jeudi

Collation : Salade de fruits

Dîner : Couscous marocain aux légumes, pois chiches et saucisse végane

Collation : Végé-pâté maison sur une galette de maïs et légumes croquants

Vendredi

Collation : Smoothie aux petits fruits

Dîner : Potage de courge et pizza aux légumes

Collation : Pain aux carottes et épices avec lait végétal

Menu d'automne 🍂

12 au 16 octobre 2020

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre chef César, sous différents airs de musique latine, il concocte chaque jour, des repas inspirés de ses créations à partir de produits saisonniers, le plus souvent que possible locaux et biologiques ! Chauds, froids, végétariens, végétaliens, légers ou plus consistants, les mets offerts sur le menu varient pour satisfaire tous les goûts. Occasionnellement, il y a un plat de viande, soit les meilleures viandes et volailles naturelles issues de notre terroir ou un plat de poisson provenant de pêcheries et aquacultures durables. Les aliments que les Loups avalent sont leur source d'énergie principale ! Alors, nous portons une attention particulière à ce que nous leur servons. C'est important pour nous que la provenance de nos produits soit presque toujours locale et biologique, mais c'est toujours frais et c'est toujours préparé avec soins à la garderie pour nos Petits Loups.

Lundi

Collation : Banane

Dîner : Dahl (soupe aux lentilles corail, carottes, pommes de terre...)

Collation : Crêpe de sarrasin avec compote de pommes et un soupçon de sirop d'érable

Mardi

Collation : Melons

Dîner : Salade de quinoa, légumes d'automne et graines de citrouilles

Collation : Mélange du randonneur et lait végétale

Mercredi

Collation : Kiwis et mélange de noix

Dîner : Quiche aux épinards, champignons et cheddar

Collation : Scones aux maïs et aux bleuets avec lait végétale

Jeudi

Collation : Salade de fruits

Dîner : Braisé de lentilles aux légumes de saison et tofu grillé

Collation : Pain aux zucchini, chocolat noir et canneberge

Vendredi

Collation : Smoothie aux petits fruits

Dîner : Nouille aux œufs, saumon aux herbes et farandole de légumes grillés

Collation : Légumes croquants et tartine de fromage à la crème

Menu d'automne 🍂

19 au 23 octobre 2020

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre chef César, sous différents airs de musique latine, il concocte chaque jour, des repas inspirés de ses créations à partir de produits saisonniers, le plus souvent que possible locaux et biologiques ! Chauds, froids, végétariens, végétaliens, légers ou plus consistants, les mets offerts sur le menu varient pour satisfaire tous les goûts. Occasionnellement, il y a un plat de viande, soit les meilleures viandes et volailles naturelles issues de notre terroir ou un plat de poisson provenant de pêcheries et aquacultures durables. Les aliments que les Loups avalent sont leur source d'énergie principale ! **Alors, nous portons une attention particulière à ce que nous leur servons. C'est important pour nous que la provenance de nos produits soit presque toujours locale et biologique, mais c'est toujours frais et c'est toujours préparé avec soins à la garderie pour nos Petits Loups.**

Lundi

Collation : Bananes

Dîner : Velouté de courge musquée et pain baguette à l'ail

Collation : Pain à la cannelle, raisins et noix avec lait végétale

Mardi

Collation : Pommes

Dîner : Croquette de poisson et millet avec une salade Fattouch

Collation : Tarte Tatin aux petits fruits et lait de soya à la vanille

Mercredi

Collation : Melon et mélange de noix

Dîner : Tofu BBQ et légumes grillés sur vermicelles de riz

Collation : Gouacamol et pita grillé

Jeudi

Collation : Salade de fruits

Dîner : Fritatas de poireaux et ricotta

Collation : Muesli abricot, chia et noix de coco avec lait végétale

Vendredi

Collation : Smoothie aux petits fruits

Dîner : Fajitas farcies de légumes et de fausse viande avec une salsa de tomates et coriandre

Collation : Torta de cielo et fruits frais

Menu d'automne 🍂

26 au 30 octobre 2020

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre chef César, sous différents airs de musique latine, il concocte chaque jour, des repas inspirés de ses créations à partir de produits saisonniers, le plus souvent que possible locaux et biologiques ! Chauds, froids, végétariens, végétaliens, légers ou plus consistants, les mets offerts sur le menu varient pour satisfaire tous les goûts. Occasionnellement, il y a un plat de viande, soit les meilleures viandes et volailles naturelles issues de notre terroir ou un plat de poisson provenant de pêcheries et aquacultures durables. Les aliments que les Loups avalent sont leur source d'énergie principale ! Alors, nous portons une attention particulière à ce que nous leur servons. C'est important pour nous que la provenance de nos produits soit presque toujours locale et biologique, mais c'est toujours frais et c'est toujours préparé avec soins à la garderie pour nos Petits Loups.

Lundi

Collation : Prune

Dîner : Soupe aux légumes et craquelin de blé

Collation : Gruau chaud et confiture de petits fruits

Mardi

Collation : Pommes

Dîner : Salade de couscous aux herbes servi avec falafels et crème sûre

Collation : Carré aux dattes et yogourt nature

Mercredi

Collation : Orange

Dîner : Grilled-cheese au cheddar fort poire et à la courge musquée

Collation : Hummus et crudités

Jeudi

Collation : Bananes

Dîner : Curry à la courge, riz basmati et sauce coco

Collation : Compote de pomme et tartine de beurre de noisette sur pain entier

Vendredi

Collation : Smoothie de petits fruits

Dîner : Polpettes de veau mijotés, sauce tomate et pâtes

Collation : Galette à l'avoine et fraises avec lait de soya à la vanille