



MENU D'AUTOMNE

1^{ER} AU 5 NOVEMBRE 2021

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre cheffe Marie et son magnifique sourire le tout sous différents airs de musique douce. Elle 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 sur place pour nos Petits Loups.

LUNDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : POMME BIO DU QUÉBEC

DÎNER : VELOUTÉ DE CHOU-FLEUR AU CHOU ROMANESCO AVEC NOIX DE PIN ET L'AIL

DESSERT DU JOUR : YOGOURT NATURE AVEC COULIS DE PETITS FRUITS

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : POUNDING AUX RIZ VANILLÉS AVEC NOIX DE COCO ET BLEUETS

MARDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : POIRE ET POMME BIO DU QUÉBEC

DÎNER : CHILI VÉGANE AVEC PAIN NAAN

DESSERT DU JOUR : MÉLANGE DU PETIT LOUP RANDONNEUR D'AUTOMNE

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : BOULE D'ÉNERGIE AVEC LAIT VÉGÉTALE

MERCREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ORANGE

DÎNER : SALADE DE LENTILLES AUX POMMES AVEC POULET BBQ CROUSTILLANT

COLLATION : PAIN AUX BANANES ET LAIT VÉGÉTAL

JEUDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SALADE DE FRUITS

DÎNER : BOUDDHA BOL AUX LÉGUMES ET TOFU GRILLÉ

DESSERT DU JOUR : SMOOTHIE AU KALE, MANGUE, BANANES, CHIA ET LAIT DE SOYA

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : GALETTE À LA MÉLASSE ET MORCEAUX DE POMMES

VENDREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SMOOTHIE AUX PETITS FRUITS

DÎNER : LASAGNE SAUCE TOMATE, ÉPINARD ET FROMAGE GRATINÉ

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : MUFFINS AUX POMMES ET CANNELLE



MENU D'AUTOMNE

8 AU 12 NOVEMBRE 2021

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre cheffe Marie et son magnifique sourire le tout sous différents airs de musique douce. Elle 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 sur place pour nos Petits Loups.

LUNDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SALADE DE FRUITS

DÎNER : CURRY DE LENTILLE SUR RIZ ET LÉGUMES AVEC PAIN BAGUETTE

DESSERT : BARRE ÉNERGÉTIQUE MAISON

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : MUFFIN À LA COURGETTE ET PÉPITES DE CHOCOLAT AVEC LAIT VÉGÉTAL

MARDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ORANGE

DÎNER : FUSILI SAUCE PRIMAVERA

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : COMPOTE DE POMME

MERCREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ANANAS

DÎNER : MIJOTÉ DE LÉGUMES RACINE ET BŒUF

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : CUP DE GRANOLA ET YOGOURT

JEUDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : POMME BIO DU QUÉBEC

DÎNER : CROQUETTES DE LÉGUMES ET POMME DE TERRE AU FOUR

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : POP SICILE A LA MANGUE ET MENTHE

VENDREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SMOOTHIE AUX FRUITS

DÎNER : SOUPE AUX LÉGUMES ET HARICOTS BLANCS AVEC CRAQUELINS

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : CRUDITÉ ET MORCEAUX DE POMME AVEC CUBES DE FROMAGE DE CHEDDAR FORT



MENU D'AUTOMNE

15 AU 19 NOVEMBRE 2021

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre cheffe Marie et son magnifique sourire le tout sous différents airs de musique douce. Elle 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 sur place pour nos Petits Loups.

LUNDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : POMME BIO DU QUÉBEC

DÎNER : LASAGNE VÉGÉTARIENNE ET CHEDDAR GRATINÉ

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : MUFFINS AUX COURGETTES ET PÉPITES DE CHOCOLAT ET LAIT VÉGÉTAL À LA VANILLE

MARDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ANANAS

DÎNER : ENTRÉE DE CRUDITÉ ET PÂTE CHINOIS VÉGANE

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : YOGOURT À LA VANILLE, GRANOLA MAISON ET COULIS DE FRAISES

MERCREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : MELON DE MIEL

DÎNER : SOUPE THAÏE VÉGANE AVEC BÂTONNETS DE SÉSAME

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : TARTINE DE WOW BUTTER ET BANANE

JEUDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SALADE DE FRUITS

DÎNER : BURGER MAISON VÉGANE AVEC SALADE DE CHOU

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : BROCHETTE DE FRUITS

VENDREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SMOOTHIE ÉPINARD, PETITS FRUITS, CHIA ET LAIT DE SOYA

DÎNER : QUICHES AUX LÉGUMES

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : CROUSTADE AUX POMMES ET CRÈME GLACÉE À LA VANILLE



MENU D'AUTOMNE

22 AU 26 NOVEMBRE 2021

Deux collations et un repas sont servis aux enfants durant la journée. Tous les plats sont cuisinés avec amour par notre cheffe Marie et son magnifique sourire le tout sous différents airs de musique douce. Elle 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 sur place pour nos Petits Loups.

LUNDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : POMME BIO DU QUÉBEC

DÎNER : MIJOTÉ DE LÉGUMES RACINES ET BŒUF

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : YOGOURT VANILLE, CHIA ET FRUITS FRAIS

MARDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ORANGE

DÎNER : RAMEN LÉGUME ET TOFU

DESSERT DU JOUR : FRUITS SÉCHÉS ET NOIX

COLLATION DE L'APRÈS-MIDI : PAIN AUX BANANES ET LAIT VÉGÉTAL À LA VANILLE

MERCREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : ANANAS

DÎNER : PÂTES FROIDES MÉDITERRANÉENNE ET FETA

COLLATION : CRUDITÉS, OLIVES, CUBES DE FROMAGES, CRAQUELINS ET HUMUS

JEUDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SALADE DE FRUITS

DÎNER : PIZZA, LÉGUMES, CREVETTES DE MATANE ET PESTO

COLLATION : BOULE D'ÉNERGIE ET LAIT VÉGÉTAL CHAUD AUX ÉPICES

VENDREDI

COLLATION MATINALE FRUITÉE : SMOOTHIE À LA MANGUE, MENTHE ET COCO

DÎNER : ROULEAUX PRINTANIERS VÉGANES SAUCE AU SÉSAME

COLLATION : SANDWICH JAMBON & FROMAGE AVEC POIVRONS ET CONCOMBRES