



2019-2020

## MENU #1

SEMAINE DU / WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES
<b>LUNCH</b>	SOUPE À L'ORGE & AUX LÉGUMES BARLEY SOUP  SANDWICH AUX OEUFS (PAIN DE BLÉ ENTIER)	LASAGNE GRATINÉE (AVEC SAUCE À LA VIANDE)  MJADRA	MJADRA	RAGOÛT DE BOEUF  RIZ LIBANAIS  STEW WITH MEAT & RICE	TACOS MEXICAIN (boeuf/fromage/ Salsa)  PAIN



*Bon  
Appetit!*



2019-2020

## MENU #2

SEMAINE DU /WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES
	<b>LUNCH</b>				
	SOUPE AUX TOMATES & RIZ  SANDWICH AUX FROMAGE GRILLÉE (grilled cheese)	PAIN À LA VIANDE (Meatloaf)  RIZ LIBANAIS  MAÏS EN GRAINS	RIZ ET POISSONS FISHE AND RICE	<b>SPAGHETTI ITALIEN</b>	ROULÉS AU POULET ET AUX LÉGUMES



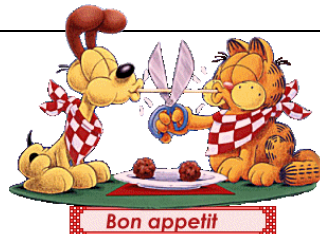


2019-2020

## MENU #3

SEMAINE DU /WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>  <b>LUNCH</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	CRUDITÉS RAW VEGGIES
	SOUPE AUX POULET & NOUILLES  SANDWICH AUX THON Pain de blé entier	KAFTA AVEC DES TOMATES (boeuf/sauce avec tomates)  RIZ LIBANAIS	MJADRA	POULET & RIZ LIBANAIS  Chicken & Rice	TACOS MEXICAIN (boeuf/fromage/ Salsa)  PAIN





2019-2020

## MENU #4

SEMAINE DU /WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>  <b>LUNCH</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES
	SOUPE DE LENTILLES ET POMMES DE TERRE  Lentil & Potato soup  SANDWICHES À LA DINDE (pain de blé entier)	KAFTA AVEC HUMMUS  PAIN PITA	STEW & RICE  RAGOÛT DE BOEUF  RIZ LIBANAIS	MACARONI & VIANDE  MACARONI AND MEAT SAUCE	PITA POULET À LA GRECQUE  (GREEK CHICKEN PITA)





2019-2020

**MENU #5**

SEMAINE DU /WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	CRUDITÉS RAW VEGGIES
	<b>LUNCH</b>				
	SOUPE À L'ORGE & TOMATES  BARLEY SOUP  SANDWICH AUX OEUFS  (pain de blé entier)	RAGOÛT DE BOEUF & RIZ  STEW WITH MEAT & RICE	MACARONI AVEC SAUCE ALFREDO ET POULET  CHICKEN ALFREDO PASTA	RIZ ET POISSONS FICHE AND RICE	CROQUE- MONSIEUR AVEC THON&FROMAGE  ENGLISH MUFFIN TUNA SALAD & MELTED CHEESE






2019-2020

## MENU #6

SEMAINE DU /WEEK OF: \_\_\_\_\_

	LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNSDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
<b>DÉJEUNER</b>	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK	LAIT MILK
<b>LUNCH</b>	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	CRUDITÉS RAW VEGGIES	SALADE DE CHOU CABBAGE SALAD	CRUDITÉS
	SOUPE AUX LÉGUMINEUSES  SANDWICH AU THON	RÂGOUT DE BOULETTES DE BOEUF & RIZ	MACARONI & VIANDE MACARONI & MEAT	POULET & RIZ LIBANAIS  Chicken & Rice	<b>PIZZA</b>  

Bon Appétit

