

MENU #1 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Beignet avec du fromage grillé / Donut with grilled cheese Fruits	Lait/Milk Œufs brouillés & Rôties (Pain de blé entier)/ Scrambled eggs roasts (whole wheat bread) Fruits	Lait/Milk Bagel Rôti & Beurre 'WOW' / Bagel roast & Butter "wow" Fruits	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Ragoût aux patates et riz / potato stew and rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS / Raw veggies Languettes de poulet, frites et salade /Chicken fingers with fries and salad Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Lasagne gratinée (Avec sauce à la viande)/ Lasagna with meat sauce and melted cheese Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Ragoût de bœuf avec du riz / Beef stew (Sans pois) Riz libanais / Lebanese rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Pizza Fruits
COLLATION	Eau /Water Craquelins & cubes de fromage/ crackers & cheese cubes Fruits	Eau /Water Compote de pommes & Biscuits arrowroots / Apple compote & arrowroots cookies Fruits	Eau /Water Petit pain à la Cannelle/ Cinnamon Bread Fruits	Eau /Water Pain aux carottes / Carrot bread Fruits	Eau /Water BISCUIT PASSION SANTÉ AU CHOCOLAT (Fait maison) / Healthy passion cookie with chocolate (Home made) Fruits

Un substitut végétarien du même plat est disponible



BON APPÉTIT

MENU #2 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Pain aux raisins & beurre de soya / Raisin Bread & soy Butter Fruits	Lait/Milk Muffins (Fait maison) / (home made Fruits	Lait/Milk Bagel Rôti & Beurre 'WOW' / Bagel roast & Butter "wow" Fruits	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Pâté chinois + salade/shepherd's pie with salad Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Tartine de kafta au four / Grilled kafta with pita bread Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Nouilles au poulet et légumes / Chicken noodles with vegetables Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Ragoût de bœuf avec du riz / Beef stew with rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Tacos mexicain avec des légumes et du fromage /Mexican tacos Fruits
COLLATION	Eau /Water Craquelins & cubes de fromage/ crackers & cheese cubes Fruits	Eau /Water Yogourt avec biscuits / Yogurt with cookies Fruits	Eau /Water Hommous et pain Pita / Hommous and pita bread Fruits	Eau /Water Jello et fruits / Jello and fruit Fruits	Eau /Water Gâteau au marbre (fait maison) / home made marble cake Biscuits

Un substitut végétarien du même plat est disponible

MENU #3 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Sandwiches aux oeufs durs / Boiled egg sandwiches Fruits	Lait/Milk Beignet avec du fromage grillé / Donut with grilled cheese Fruits	Lait/Milk SCONES (maison) & BEURRE 'WOW' / Scones (home made) & Butter "wow" Fruits	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Rouleaux de Fajitas au poulet avec salade mexicaine/ Fajita Rolls with mexicain salad Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Pain à la viande et riz / Meatloaf with rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Poisson et riz / Fish and rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Spaghetti italien avec sauce à la viande / Italien spaghetti with meat sauce Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Sandwich Club (laitue, tomate, dinde, mayonnaise) / Club Sandwich (laitue, tomato, turkey, mayo) Fruits
COLLATION	Eau/water Baguette et fromage au four / Baked baguette and cheese Fruits	Eau / water Yogourt avec biscuits / Yogurt with cookies Fruits	Eau / water Galettes aux dattes (fait maison) / Date pancakes (home made) Fruits	Eau/ water Craquelins et fromage à la crème / Crackers and cheese cream Fruits	Eau / water Tarte au confiture (Fait maison) / Jam pie (home made) Fruits

Un substitut végétarien du même plat est disponible


 Bon appétit !

MENU #4 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Pain grains entier avec du fromage grillé / Whole grain bread with grilled cheese Fruits	Lait/Milk Œufs brouillés & Rôties (Pain de blé entier)/ Scrambled eggs roasts (whole wheat bread) Fruits	Lait/Milk Pain aux raisins & beurre de soya / Raisin Bread & soy Butter Fruits	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Soupe des lettres avec sandwich au fromage/Alphabet chiken soup with cheese sandwich. (Pain de blé entier) Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Kafta sauce tomate et pommes de terre au four / Kafta and potatoes with tomato sauce Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Poulet et riz / Chicken and rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Boulettes de viande et purée de pommes de terre / Meatball with mashed potato Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies PIZZA Fruits
COLLATION	Eau /Water Yogourt avec biscuits / Yogurt with cookies Fruits	Eau /Water Biscuits sable (Fait maison)/ Shortbread cookies (home made) Fruits	Eau /Water Hommous et pain Pita / Hommous and pita bread Fruits	Eau /Water Craquelins & cubes de fromage/ crackers & cheese cubes Fruits	Eau /Water Home made Carrot Cake Fruits

Un substitut végétarien du même plat est disponible



MENU #5 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Beignet avec du fromage à la crème / Donuts with cream cheese Fruits	Lait/Milk Muffins (Fait maison) / (home made Fruits	Lait/Milk Pain aux raisins & beurre de soya / Raisin Bread & soy Butter Fruits	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Hamburger ou burger de poulet avec des légumes Hamburger or chicken burger with vegetables Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Bœuf stroganoff avec du riz blanc / Beef stroganoff with rice Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Languettes de poulet avec salade et frites / Chicken nuggets with salad and fries Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Tagliatelles au poulet et sauce Alfredo / Chicken Tagliatelle with Alfredo sauce Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Tartine de kafta au four / Grilled kafta with pita bread Fruits
COLLATION	Eau /water Craquelins & cubes de fromage/ crackers & cheese cubes Fruits	Eau /water Biscuit tendre aux pommes / Apple cookie cubes Fruits	Eau /water Pouding au chocolat/ Chocolate pudding Fruits	Eau/water Salade de fruits/ Fruit salad Biscuits / cookies	Eau/water Krispies de riz (fait maison)/ Rice Krispies (Home made) Fruits

Un substitut végétarien du même plat est disponible

Bon Appétit!



MENU #6 (PS)

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
PETIT DÉJEUNER	Lait/Milk Céréales /Cereals Fruits	Lait/Milk Beignets avec du beurre 'Wow'/Donuts with butter « Wow » Fruits	Lait/Milk Œufs brouillés & Rôties (Pain de blé entier)/ Scrambled eggs roasts (whole wheat bread) Fruits	Lait/Milk Pain Rôties avec du beurre soya / Bread roasted with soy butter Fruits	Lait/Milk Céréales/ Cereals Fruits
DÉJEUNER	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Bâtonnets de poisson et frites / Fish fingers with fries Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Coquille et sauce rouge / Shells in red sauce Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Mjadra (lentilles et riz) / Mjadra (lentils and rice) Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Ragoût de bœuf / Beef stew Fruits	Lait/Milk CRUDITÉS/ Raw veggies Sandwich au poulet ou au fromage / Chicken or cheese sandwich Fruits
COLLATION	Eau/water Yogourt avec galette de riz / Yogurt with rice cake Fruits	Eau/water Carrées aux Céréales/ cereal Squares Fruits	Eau/water Muffins aux carottes/ Muffins with Carrots Fruits	Eau/water Craquelins & cubes de fromage/ crackers & cheese cubes Fruits	Eau/water Petit pain à la Cannelle/ Cinnamon Bread Fruits

Un substitut végétarien du même plat est disponible

Bon Appétit!

