

	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b>VENDREDI</b>
<b>Collation AM</b>	<b>Céréales &amp; lait</b> <b>Square aux maïs</b>	<b>Carré aux fruits</b> All-Bran, farine, cassonade, huile, fraises <b>Lait</b>	<b>Yogourt</b> Fraise ou pêches ou vanille <b>Biscuits Graham</b>	<b>Biscuits dattes et avoine</b> Farine de blé, huile, cassonade, œuf, Dattes, Avoine <b>Lait</b>	<b>Méli-mélo</b> <b>De la semaine</b> <b>Lait</b>
<b>Repas</b>	<b>Casserole de quinoa</b> Quinoa, poivrons, Courgettes, bouillon, Tomates, salsa, Fromage.  <b>Bâtonnet de carottes</b> <b>Crème sûre</b>	<b>Macaroni au fromage</b> Tomates, fromage, lait, oignon, épices, macaroni, parmesan  <b>Salade d'abondance</b> Chou-fleur, laitue, poivron, huile, vinaigre, Sauce soya, épices	<b>Pâté chinois</b> Veau, lentilles oignons, patate, maïs, lait, margarine, chapelure, épices  <b>Betteraves</b>	<b>Burritos au tofu et Haricots noirs</b> Tofu, haricots noirs, salsa, crème sûre, maïs, tortillas, fromage, paprika, sel, poivre  <b>Salade chou</b> Chou vert, carotte Vinaigre, huile, Cassonade, herbes	<b>Étagé de thon</b> Thon, patates, poireaux, céleri, ail, béchamel  <b>Carottes/maïs</b>
<b>Dessert</b>	<b>Fruits</b> <b>Lait</b>	<b>Fruits</b> <b>Lait</b>	<b>Fruits</b> <b>Lait</b>	<b>Fruits</b> <b>Lait</b>	
<b>Collation PM</b>	<b>Fruits &amp; lait</b>	<b>Fruits &amp; lait</b>	<b>Fruits &amp; lait</b>	<b>Fruits &amp; lait</b>	<b>Fruits &amp; lait</b>