

## Exemple d'un menu

	<i>Dimanche</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>7h30</i>		Déjeuner résidence Rôties, céréales, gruau ou crème de blé et fruits frais.	Déjeuner résidence Rôties, céréales, gruau ou crème de blé et fruits frais.	Déjeuner résidence Rôties, céréales, gruau ou crème de blé et fruits frais.	Déjeuner résidence Crêpes, nutella, fruits frais et yogourt à la vanille.	Déjeuner résidence Rôties, céréales, gruau ou crème de blé et fruits frais.
<i>10h15</i>		Collation Légumes crus et trempe	Collation Noix mélangées ou Yogourt en tube et craquelins	Collation Smoothies (fruits congelés, yogourt ou lait glacé et jus de fruit)	Collation Petits muffins et jus	Collation Jus congelé en tube
<i>12h00</i>		Cafétéria : Spaghetti sauce à la viande, salade Grecque et pain à l'ail	Pique-nique : Wrap au poulet avec salade et vinaigrette et fromage	Cafétéria : Soupe, sous- marin viandes froides, salade, tomates, concombres, oignons et piments	Cafétéria : Riz chinois, macaroni et légumes chinois, egg roll et doigts de poulet	Cafétéria : Poulet rôti, patates au four, carottes, salade de choux crémeuse et petit pain
<i>15h00</i>		Collation Banane et morceaux d'orange	Collation Barres Nutrigrains et jus	Collation Pommes et bâtonnets de fromage	Collation Pouding glacé et craquelins	
<i>17h00</i>	Pizza et crudités	Cafétéria : Ragoût de poulet et légumes, poyes ou pain de blé entier	Cafétéria : Boulettes de viande, patates pilées, fèves jaunes et salade verte	Cafétéria : Lasagne, salade César et pain en baguette	Souper BBQ : Hamburger et brochette Légumes crus et trempe, fromage, croustilles cuites au four, limonade et thé glacé	
<i>20h00</i>	Collation Maïs soufflé et fraises	Collation Petit pain du campeur cuit sur feu de bois et eau	Collation Melon d'eau et bananes	Collation Dégustation de yogourt glacé		

**Allergies alimentaires :** Menus spéciaux sont présentés aux personnes souffrant d'intolérance et d'allergies alimentaires

**Breuvages :** À chaque repas, il y a du lait, différents jus de fruits 100% pur, jus de légumes et de l'eau.

**Dessert :** Biscuits à l'avoine et raisins, carré aux dates, pain aux bananes, muffins au son ou carottes et fruits frais apprêtés de diverses façons (salade de fruits, fruits et trempe).