

CPE LA GIROUETTE ET VOLET LA MARMAILLERIE
Menu santé 2025-2026

Semaine 1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Craquelins	Couscous perlé	Concombre, courgettes et fromage	Patates grelots et minis carottes assaisonnés	Bâtonnet tofu
Plat principal	Salade de farfalles aux œufs	Croquettes de tofu et trempette	Riz au poulet et légumes	Poisson merlu florentine	Soupe aux légumes
Dessert	Compote de pomme	Salade de fruits et social thé	Gélatine de fruits	Crème glacée	Yogourt aux fruits et social thé
Collation PM	Pain, beurre de soya	Pomme et fromage	Smoothie	Galette	Barre tendre

Semaine 2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Salade de betteraves et carottes	Verdure saisonnière	Légumes de saison	Salade césar	Carottes glacées à l'érable
Plat principal	Tortillas aux thon à la sauce rosée	Fusilli au bœuf	Pâté au poulet	Spaghetti tofu	Pain lentilles
Dessert	Salade de fruits et social thé	Ananas en morceaux et biscuit social thé	Compote de pomme	Yogourt aux fruits et social thé	Pouding graham
Collation PM	Craquelins et fromage	Yogourt en tube	Gâteau	Céréales et lait	Galette

Semaine 3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Salade de haricots et minis carottes	Verdure saisonnière	Betteraves en tranche	Concombre	Salade de brocolis
Plat principal	Croquette de saumon et trempette	Tofu asiatique et couscous	Boeuf jardinière	Salade de pâtes et légumineuses	Croque au thon
Dessert	Pêches en dés et social thé	Galette	Compote de pomme	Mousse	Yogourt aux fruits et social thé
Collation PM	Gâteau	Pomme et fromage	Smoothie	Barre tendre	Pain, confiture

CPE LA GIROUETTE ET VOLET LA MARMAILLERIE
Menu santé 2025-2026

Semaine 4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Riz basmati aux légumes	Verdure saisonnière	Salade de betteraves et carottes	Salade de chou	Pain naan
Plat principal	Filet de poisson BBQ	Tofu général Tao et couscous	Pizza au poulet sauce BBQ	Quésadillas et crème sûre	Soupe bouillon de poulet
Dessert	Compote de pomme	Yogourt aux fruits et social thé	Crème glacée	Salade de fruits et social thé	Gélatine de fruits
Collation PM	Céréales et lait	Barre sans cuisson	Pain aux bananes	Craquelin et fromage	Galette

Semaine 5	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Patates grelots	Maïs et tomates	Concombre	Salade duo melons et tomates	Salade de carottes et navets
Plat principal	Fritatas aux légumes	Tofu et linguine	Pâté Chalet ou sandwich	Burger de saumon	Chili
Dessert	Gâteau	Galette	Salade de fruits et social thé	Tarte graham	Yogourt aux fruits et social thé
Collation PM	Pomme et fromage	Smoothie	Légumes de saison et trempette	Muffin aux légumes	Pain et confiture

Semaine 6	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales	Fruit, lait ou boisson de soya et céréales
Plat d'accompagnement	Concombre, tomate et fromage cottage	Salade de betteraves et carottes	Muffin au fromage	Salade césar	Verdure saisonnière
Plat principal	Burritos et crème sûre	Riz au poulet asiatique	Potage aux légumes	Lasagne	Macaroni au tofu
Dessert	Salade de fruits et social thé	Barre tendre	Compote de pomme	Yogourt aux fruits et social thé	Galette
Collation PM	Gâteau	Crème glacée	Carré aux dattes	Mini pita et creton	Pomme et fromage