

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Semaine 1</b>	Cubes de cheddar	Concombres			
	Brochette de poulet, Riz brun & carottes	Nouille chinoise bœuf & légumes	Pâté chinois Yaourt à boire	Saucisses de porc & bœuf, Pommes de terre & légumes cuits	Tortellinis à la viande Légumes verts crus
	Fruit frais	Biscuit chinois	Carré aux dattes	Compote de pommes	Sorbet
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Semaine 2</b>	Jambon à l'érable & pommes de terre	Lasagne à la viande	Poulet aux champignons, Riz & carottes	Spaghetti végétariens au tofu	Concombres Filet de sole, sauce aurore,
	Légumes verts crus	Crudités & trempette	Yaourt à boire	Salade de fruits	Riz brun & carottes Yaourt à boire
	Galette de gruau	Croustillant aux fraises	Lait	Lait	Lait
	Lait	Lait			
<b>Semaine 3</b>		Petites carottes	Crudités & trempette	Concombres	
	Quiche au jambon & légumes	Riz chinois au poulet, Légumes cuits	Filet de saumon, riz au maïs	Lasagne à la viande	Gratin de choux fleurs, Brocolis, jambon & riz
	Carré aux dattes	Fruit frais	Muffin aux bleuets	Galette au sarrasin	Salade de fruits
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Semaine 4</b>	Concombres	Cubes de cheddar	Crudités & trempette		
	Macaronis gratinés, Sauce rosé & jambon	Filet de saumon, Riz & légumes du jour cuits	Pâté chinois	Lanières de poulet grillées, Riz brun & légumes cuits	Pâté du Saguenay Cubes de cheddar
	Salade de fruits	Biscuit avoine & pommes	Croustillant aux fraises	Muffin son & raisin	Sorbet
	Lait	Lait	Lait	Lait	Lait
<b>Semaine 5</b>	Filet de porc, sauce aux champignons, Riz brun & légumes	Petites carottes	Bœuf Bourguignon, pâtes & légumes cuits	Crudités & trempette Pâté à la viande	Concombres Tilapia & sa chapelure maison, Riz brun & légumes verts
	Fruit frais	Penne Carbonara au poulet & brocoli	Muffin aux framboises	Compote de pommes	Biscuit avoine & pommes
	Lait	Galette au sarrasin	Lait	Lait	Lait
	* Ce menu est le fruit d'une étroite collaboration entre L'École Vision Beauce, Les Pères Nature et Nadine Bonneville, nutritionniste.				
	* Lors des sorties éducatives, le repas placé au menu est remplacé par un repas froid de style boîte à lunch (sandwich servi sur pain brun ou sur tortillas)				
	* Certains items peuvent être modifiés sans préavis, pour cause d'approvisionnement ou de fraîcheur.				
	* Les légumes auparavant en format cruditité, seront désormais intégrés à l'assiette principale de l'enfant.				

**Points forts du menu :**

- Exempt d'aliments dits "d'exception"
- Composé d'ingrédients frais et de qualité
- Contient tous les jours une grande quantité de fruits et de légumes
- Exempt de gras trans
- Contient très peu d'additifs et de sucres ajoutés
- Contient tous les jours une bonne teneur en fibre