

NOVEMBRE 2023

À LA GARDERIE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1 Veau haché aux 7 légumes Galette avoine et noix de coco * Yogourt et social thé	2 Poulet et lentilles au curcuma et lait de coco Riz blanc Galette à la citrouille *Pain aux bananes	3 Tortellinis crème de basilic & brocolis Compote de fruits *Galette de riz & tartina de fromage aux tomates séchées
6 Poêlée de porc, légumes et pommes de terre Yogourt * Pomme et fromage	7 Farfalles au saumon Galette aux bananes *Yogourt et social thé	8 Ragoût marocain à la tomate Couscous aux herbes Biscuit aux brisures de chocolat *Pain de blé et beurre de pommes	9 Riz mexicain végété au fromage Compote de fruits *Muffin à la courgette	10 Sauté de bœuf au chou et carottes teriyaki Purée de pommes de terre Galette au cacao * Craquelins et hummus maison
13 Pennes tomates et bacon Galette gruau, noix de coco et bleuets *Fromage et mini muffin	14 Pâté au saumon Légumes Galette aux raisins *Yogourt et céréales	15 Mafalda sauce grand-mère Yogourt * Pain aux raisins et confiture	16 Porc à la bourguignonne Pommes de terre en quartier Compote de fruits *Barre aux lentilles	17 Saucisses sauce aux pommes et à la moutarde Orzo aux légumes Biscuit au gingembre *Pain de blé et beurre de mangues
20 Coquillettes au veau Yogourt * Biscuit clin d'œil	21 Quiche au fromage Légumes Galette avoine et canneberges *Craquelins et fromage	22 Poulet au cari, pois chiches et épinards Couscous Galette au cacao et avoine *Yogourt et social thé	23 Riz au bœuf, légumes et curcuma Galette à la mélasse *Pain de blé & confiture chia aux fruits	24 Ragoût de porc chasseur Purée de pommes de terre Compote de fruits *Craquelins et tartina de fromage
27 Poulet à la salsa Rotinis à la crème de cheddar Galette au gruau et chocolat * Fromage et mini muffin	28 Macaroni à la viande Yogourt *Muffin aux bananes	29 Chili classique Pain de blé Galette à la crème sûre *Yogourt et céréales	30 Méli-mélo de jambon et de pois chiches Riz au curcuma Biscuit au gingembre *Galette de riz et compote	1 Poisson au lait de coco et au curry Farfalles aux légumes Yogourt *Carré aux fruits

Des modifications peuvent être apportées sans préavis