

FÉVRIER

À LA GARDERIE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				1 Poulet et tofu général Tao Riz basmati aux légumes Galette au yogourt *Galette choco-mélasse et chia
4 Porc aux légumes Biscuit au cacao *Muffin à la courgette	5 Bœuf haché aux légumes Riz au curcuma Muffin aux framboises et bleuets *Quatre quart à la vanille	6 Pâté au saumon Légumes Galette son et canneberges *Pain de blé & beurre de pommes	7 Macaroni chilien Biscuit au gingembre *Yogourt & social thé	8 Poulet et lentilles au curcuma et lait de coco Couscous Crème de yogourt *Fromage et pomme
11 Chili aux 6 légumineuses Galette à la ricotta *Pain à la citrouille	12 Bœuf aux légumes d'antan Biscuit fromage à la crème *Galette de riz et compote	13 Gratin de veau haché et épinards Yogourt *Pain aux raisins et confiture	14 <i>St-Valentin</i> Spaghetti sauce rosée au poulet Gâteau au chocolat Crémage rosé *Smoothie & mini muffin rosé	15 Poisson au pesto Légumes grillés Compote de fruits * Pitas et hummus
18 Sauté de tofu au cari Riz aux légumes Galette aux bananes *Craquelins & fromage	19 Hachis de volaille Biscuit à la cannelle *Pain aux bananes et chocolat	20 Quiche au fromage Légumes Brownie au tofu *Yogourt et crumble	21 Bœuf stroganoff Nouilles aux œufs et pois verts Galette à la citrouille *Compote et mini muffin	22 Boulette de volaille sauce crème Macédoine de légumes Galette son et canneberges *Pêches en dés & social thé
25 Coquillettes au veau Biscuit à l'avoine et aux bleuets *Muffin au fromage	26 Méli-mélo au jambon et pois chiches Riz blanc Biscuit fromage à la crème *Ficello & craquelins	27 Pâté chinois gourmand Yogourt *Pain noix de coco et épinards	28 Saucisses Pommes de terre, carottes et navets Muffin à l'avoine *Yogourt et tortillas	

Des modifications peuvent être apportées sans préavis