

## Menu Camp de jour – Été 2023

<b>SEMAINE 1 et 5</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>PLATS PRINCIPAUX</b>	Tortellinis au fromage	Pâté chinois	Burger de dinde	Spaghettis, sauce à la viande	Pizza du chef
<b>SALADE / LÉGUMES</b>	Salade du chef	Salade verte	Salade du chef	Salade César	Salade du jour
<b>DESSERT</b>	Galette à l'avoine et aux canneberges ●	Mini muffin	Carré aux fruits	Gâteau au chocolat ou vanille	Jell-O au yogourt

<b>SEMAINE 2 et 6</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>PLAT PRINCIPAUX</b>	Pennes garnis	Pâté au saumon	Burger de bœuf	Vol-au-vent au poulet	Macaronis au fromage
<b>SALADE / LÉGUMES</b>	Salade César	Légumes du jour	Pommes de terre en dés et salade de chou	Salade méli-mélo	Salade du chef
<b>DESSERT</b>	Galette à l'avoine et aux canneberges ●	Mini muffin	Carré aux fruits	Gâteau au chocolat ou vanille	Jell-O au yogourt

<b>SEMAINE 3 et 7</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>PLAT PRINCIPAUX</b>	Fusillis, sauce à la viande	Boulettes de veau, sauce italienne	Burger de poisson avec salade et tomates	Pain de viande	Pizza carnivore
<b>SALADE / LÉGUMES</b>	Salade César	Riz pilaf et légumes Romanesco	Pommes de terre en dés	Purée de pomme de terre et légumes	Salade césar
<b>DESSERT</b>	Galette à l'avoine et aux canneberges ●	Mini muffin	Carré aux fruits	Gâteau au chocolat ou vanille	Jell-O au yogourt

<b>SEMAINE 4 et 8</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<b>PLAT PRINCIPAUX</b>	<i>Hamburger Steak</i>	Poulet chasseur	Porc sauce au poivre	Lasagne au gratin	Jambon à l'érable
<b>SALADE / LÉGUMES</b>	Purée de pommes de terre et carottes	Nouilles et légumes du jour	Riz et légumes du jour	Salade César	Pommes de terre gelottes et légumes du jour
<b>DESSERT</b>	Galette à l'avoine et aux canneberges ●	Mini muffin	Carré aux fruits	Gâteau au chocolat ou vanille	Jell-O au yogourt

\*\*\*Servi avec eau ou petit contenant de lait.

Ce menu offre des repas complets équilibrés contenant des aliments sains et variés. Conformément aux orientations du Guide alimentaire canadien, des légumes/fruits et des sources de protéines variées sont incluses à chaque repas, et des produits céréaliers à grains entiers sont offerts chaque semaine dans la rotation des desserts, identifiés par le symbole ●.