

MENU - ÉCOLE WAHTA’ – 2026-2027					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE 1	Velouté de chou-fleur Concombres Burritos aux œufs Galette banane et chocolat Lait/Eau	Crème de poireaux (ya’nonhk) et pomme Macaroni chinois au poulet Rouleaux impériaux Muffins aux shängwa’tränen’s (framboises) Lait/Eau	Consommé de poulet Maïs (Önenha) en grain Pizza végétarienne Yogourt aux bleuets Lait/Eau	Jus de légumes Salade César Spaghetti à la viande Croustade aux pommes (tsohiowänenh) Lait/Eau	Soupe aux légumes Salade de brocoli et feta Riz basmati Saumon à l’érable Gâteau double chocolat Lait/Eau
SEMAINE 2	Soupe poulet et nouille Légumes asiatiques Vermicelle de riz Tofu général Tao Muffins son et raisins Lait/Eau	Jus de légumes Salade mexicaine Lasagne au thon Fruits frais Lait/Eau	Consommé de légumes Salade de melon et feta Fusilli au veau Mousse au chocolat Lait/Eau	Soupe orge et tomate Salade grecque Pâté chinois bœuf et lentille Compote Lait/Eau	Crème butternut Pois vert Quinoa Poulet aigre-doux Muffins son et carotte Lait/Eau
SEMAINE 3	Consommé de bœuf Salade à la crème Hamburger de poulet croustillant Macarons chocolat Lait/Eau	Potage de carottes Bannique Omelette tomate et feta Mousse aux fraises (tihchiont) Lait/Eau	Soupe aux légumes Concombres Riz basmati Saumon à l’aneth et citron Poire en dés Lait/Eau	Crème de poulet Salade de chou crémeuse Penne au tofu à la grecque Gâteau pain épices Lait/Eau	Jus de légumes Salade verte Pain à la viande Muffins aux bleuets Lait/Eau
SEMAINE 4	Potage butternut Tofu au cari et légumes Couscous de blé Brownies aux haricots Lait/Eau	Jus de légumes Salade à la crème Croque au thon Carré aux framboises et noix-coco Lait/Eau	Consommé de boeuf Salade césar Spaghetti à la viande Gâteau Reine-Élisabeth Lait/Eau	Potage vert Crudités Wrap au poulet Croustade aux pommes Lait/Eau	Soupe poulet et nouille Salad de brocoli et feta Ragoût de bœuf à l’italienne sur fettuccine Galette coco-dattes Lait/Eau
SEMAINE 5	Potage crécy Hachis aux légumes Bannique Carré de yogourt aux poires Lait/Eau	Bouillon de légumes Salade de chou Lasagne au poulet et pesto Barres tendres aux bleuets Lait/Eau	Soupe aux légumes Salade des trois soeurs Pâtes de saucisses et légumes Fruits frais Lait/Eau	Soupe riz et tomate Salade de carottes Guédilles aux oeufs Muffins banane-choco Lait/Eau	Crème de légumes Maïs en grain (Önenha’) Tacos au porc effiloché Mousse à la mangue Lait/Eau
SEMAINE 6	Potage de brocoli Fromage râpé (Önonhrachiakentih) Pilaf el paso (légumineuses) Pita de blé Muffins zucchini et chocolat Lait/Eau	Crème de panais (Tsönrahtat outen’ra’) Riz aux légumes Fish and chips Galette à la mélasse Lait/Eau	Soupe aux légumes Salade à la crème Grilled cheese au jambon Fruits frais Lait/Eau	Jus de légumes Salade de chou Macaroni à la viande gratiné Galette double chocolat Lait/Eau	Consommé de poulet Brocolis Vol-au-vent au poulet et légumes Yogourt aux bleuets Lait/Eau
SEMAINE 7	Jus de légumes Salade de carottes Riz frit aux œufs Carré aux dattes Lait/Eau	Potage de légumes Bannique Chili con carn Galette aux raisins et chia Lait/Eau	Soupe minestrone Chou-fleur Bœuf stroganoff Fettuccine Pêches en dés Lait/Eau	Crème de poulet Salade césar Lasagne au tofu Compote de pommes Lait/Eau	Soupe aux légumes Salade grecque Pâté au saumon Barre choco-dattes Lait/Eau

Menu sujet à changement sans préavis

Approuvé par la nutritionniste
DATES
SEMAINE 1
25 août au 28 août
12 octobre au 16 octobre
30 novembre au 4 décembre
1 ^{er} février au 5 février
29 mars au 2 avril
17 mai au 21 mai
SEMAINE 2
31 août au 4 septembre
19 octobre au 23 octobre
7 décembre au 11 décembre
8 février au 12 février
5 avril au 9 avril
24 mai au 28 mai
SEMAINE 3
7 septembre au 11 septembre
26 octobre au 30 octobre
14 décembre au 18 décembre
15 février au 19 février
12 avril au 16 avril
31 mai au 4 juin
SEMAINE 4
14 septembre au 18 septembre
2 novembre au 6 novembre
4 janvier au 8 janvier
22 février au 26 février
19 avril au 23 avril
7 juin au 11 juin
SEMAINE 5
21 septembre au 25 septembre
9 novembre au 13 novembre
11 janvier au 15 janvier
8 mars au 12 mars
26 avril au 30 avril
14 juin au 18 juin
SEMAINE 6
28 septembre au 2 octobre
16 novembre au 20 novembre
18 janvier au 22 janvier
15 mars au 19 mars
3 mai au 7 mai
SEMAINE 7
5 octobre au 9 octobre
23 novembre au 27 novembre
25 janvier au 29 janvier
22 mars au 26 mars
10 mai au 14 mai