**MENUS TYPES DES LOISIRS DE JOUR D’AMISPHÈRE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semaine 1 | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| **Collation AM** | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â smoothie au fruitsÂ Â»Smoothie aux fruits | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â fruits fraisÂ Â» Fruits frais | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â fruits fraisÂ Â»Brochette de fruits frais | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â fruits fraisÂ Â»Fruits frais | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â salade de fruits fraisÂ Â»Salade de fruits frais |
| **Entrée** | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â potage brocoliÂ Â»Potage au brocoli | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â soupe minestroneÂ Â»Soupe Minestrone | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â potage aux carottesÂ Â»Potage aux carottes | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â soupe boeuf et orgeÂ Â»Soupe bœuf et orge | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â crÃ¨me de poireauxÂ Â»Crème de poireaux |
| **Plat principal** | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â lasagne gratinÃ©eÂ Â»Lasagne gratinée&Salade du cousin César | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â wrap salade de pouletÂ Â»Wrap au poulet&Crudités  | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â hamburger salade chou et friteÂ Â»Hamburger &Frites grecques au four&Salade de chou | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â pizza maisonÂ Â»Pizza faites maison& Salade du chef | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â poulet Ã  la kingÂ Â»Poulet à la king sur un lit de riz&Salade grecque |
| **Dessert** | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â brownieÂ Â»Brownies santé (fait avec des légumineuses) | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â gÃ¢teau au bananeÂ Â»Gâteau aux bananes | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â crÃ¨me glacÃ©e et coulis petits fruitsÂ Â»Crème glacée et son coulis de petits fruits | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â mousse aux framboisesÂ Â»Mousse aux framboises  | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â gÃ¢teau ananasÂ Â»Gâteau mexicain |
| **Collation PM** | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â sucette yogourt et fruitsÂ Â»Popsicle au yogourt et fruits fait maison | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â parfait au yogourtÂ Â»Parfait au yogourt | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â barre tendre aux lentillesÂ Â»Barres tendres aux lentilles faites maison | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â muffin aux fruitsÂ Â»Muffins aux fruits | RÃ©sultats de recherche d'images pour Â«Â rouleaux aux bananesÂ Â»Rouleaux aux bananes faits maison  |