**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 |