****

**Menu camp de la relâche 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Dîner** | Chili au porc | Bâtonnets de poulet panés avec riz aux légumes | Omelette aux légumes et jambon | Ragoût de tofu et légumes | Couscous repas |
| **Ingrédients** | (Porc, haricots rouges, poivrons, carottes, oignons, céleri, maïs, sauce tomate, épices) | (Poulet, riz blanc, légumes californiens, épices) | (Œufs, lait, jambon, oignons, céleri, carottes, poivrons, épices) | (Tofu, carottes, ail, oignons, pommes de terre, navets, fèves, maïs, bouillon de bœuf, tomates en dés, sauce tomate, épices) | (Couscous, tomates, oignons, poivrons, céleri, carottes, saucisses italiennes, épices) |
| **Dessert** | Muffin aux fruits | Galette à l’avoine et aux raisins | Gâteau à la vanille | Galettes aux dattes | Gâteau aux bananes |

Pour commander (à l’avance) : <https://www.jeminscrismaintenant.com/csad/cdr2022repas/>

\*\* Prévoir une **boite à lunch** et un **bloc réfrigéré** tous les jours