

CPE Narnia

Mois: Septembre 2026

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
AM		Fresh fruits		Fresh fruits		Fresh fruits		Fresh fruits	
Regulier		01 Riz aux lentilles & cumin Légumes du jour		02 Pâtes crémeuses au bœuf champignons & épinards		03 Chili à la dinde hachée Tortillas grains entiers		04 Pizza au boeuf & fromage Servi avec crudités	
Végétarian		Riz aux lentilles & cumin Légumes du jour		Pâtes crémeuses au tofu champignons & épinards		Chili au tofu émincé Tortillas grains entiers		Pizza végété & fromage Servi avec crudités	
Végane		Riz aux lentilles & cumin Légumes du jour		Pâtes crémeuses au tofu champignons & épinards		Chili au tofu émincé Tortillas grains entiers		Pizza végété & fromage Servi avec crudités	
Dessert		Fruits frais		Yogourt sans gélatine		Fruits frais		Yogourt sans gélatine	
Collation Coll. PM		Melba & trempette au thon		Demi Bagel & Fromage à la crème		Craquelins grains entier & fromage		Muffin carottes & cannelle	
		07		08		10		11	
Regulier	Fermé- fête du travail	Riz fri au boeuf Edamame & carottes		Pâtes aux lentilles bolognaise & légumes du jour		Poulet cacciatore Purée de pomme de terre		Nouilles Singapore Cari, sauce soya, tofu Chop suey	
Végétarian		Riz fri au tofu Edamame & carottes		Pâtes aux lentilles bolognaise & légumes du jour		Ragoût haricots & olive Purée de pomme de terre		Nouilles Singapore Cari, sauce soya, tofu Chop suey	
Végane		Riz fri au tofu Edamame & carottes		Pâtes aux lentilles bolognaise & légumes du jour		Ragoût haricots & olive Servi avec riz		Nouilles Singapore Cari, sauce soya, tofu	
Dessert		Fruits frais		Yogourt sans gélatine		Fruits frais		Yogourt sans gélatine	
Collation Coll. PM		Muffin anglais Tartinade au fromage		Crudité & hummus		Craquelins grains entier & fromage		Galettes à l'avoine & raisins	
		14		15		17		18	
Regulier	Ragoût végétan aux pois chiche à la noix de coco Servi avec nann	Pâtes ziti au four au poulet émincé & fromage		Riz au saumon carottes & petits pois		Hamburger steak sauce brune, légumes purée de pomme de terre		Pizza au poulet & fromage Servi avec crudités	
Végétarian	Ragoût végétan aux pois chiche à la noix de coco Servi avec nann	Pâtes ziti au four au pois chiche & fromage		Riz au saumon carottes & petits pois		Galettes véganes sauce brune, légumes purée de pomme de terre		Pizza végété & fromage Servi avec crudités	
Végane	Ragoût végétan aux pois chiche Servi avec nann	Pâtes ziti au four au pois chiche		Riz au tofu carottes & petits pois		Galettes véganes sauce brunes & légumes		Pizza végété & fromage Servi avec crudités	
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais		Yogourt sans gélatine		Fruits frais		Yogourt sans gélatine	
Collation Coll. PM	Galettes de riz Tartinade fraise/yogourt	Gaufres & wow butter		Mini crêpes Sirop de table		Craquelins grains entier & fromage		Muffin aux Bleuets	
		21		22		24		25	
Regulier	Crème de choufleur patates douce & carottes Demi grilled cheese	Poulet stroganoff Servi avec pâtes		Riz rouge végétan aux haricots noirs & carottes		Boeuf bourguignon Purée de pomme de terre		Ravioli au bœuf, sauce rosée Légumes du jour	
Végétarian	Crème de choufleur patates douce & carottes Demi grilled cheese	Champignon Stroganoff Servi avec pâtes		Riz rouge végétan aux haricots noirs & carottes		Ragoût bourguignon végété Purée de pomme de terre		Ravioli au fromage rosée Légumes du jour	
Végane	Crème de choufleur Demi grilled cheese végétan	Champignon Stroganoff Servi avec pâtes		Riz rouge végétan aux haricots noirs & carottes		Ragoût bourguignon végété Purée de pomme de terre		Pate au fromage végétan Légumes du jour	
Dessert	Compote de pomme	Fruits frais		Yogourt sans gélatine		Fruits frais		Yogourt sans gélatine	
Collation Coll. PM	Crudités & tzatziki	Pain aux raisins		Naan & hummus crémeux		Craquelins grains entier & fromage		Pain aux bananes	
		28		29		30			
Regulier	Soupe minestrone végétan Servi pain blé entier	Spaghetti à la viande Légumes du jour		Riz espagnol au curcuma poisson blanc & macédoines				 Traiteur Evoosanté inc Tel. 514-400-4545 info@evoosante.ca	
Végétarian	Soupe minestrone végétan Servi pain blé entier	Spaghetti au tofu émincé Légumes du jour		Riz espagnol au curcuma Edamame & macédoines					
Végane	Soupe minestrone végétan Servi pain blé entier	Spaghetti au tofu émincé Légumes du jour		Riz espagnol au curcuma Edamame & macédoines					
Dessert	Compote de pomme	Compote de pomme		Compote de pomme					
Collation Coll. PM	Craquelins grains entier & fromage	Pita & Tartinade avocat crémeux		Batonnets gressins Fromage à la crème					