Gamins Gourmets
Traiteur pour CPE et garderies

MAI

CPE Vanier

	05-mai-25	06-mai-25	07-mai-25	08-mai-25	09-mai-25
Collation Am	**lait et céreal**	**pain et tartinade**	**yogourt et granola**	**compote de pomme et cereal mix**	**gruau**
Entrée	**crudités**	**soupe**	**crudités**	**soupe**	**soupe**
Repas	**Pâtes sauce bolognaise**	**Fournée de tofu sauce aux brocolis et champignons**	**Pâtes crémeuse au saumon et fromage**	**Fricassée de saucisse de poulet et légumes**	**Omelette style mexicaine**
Ingrédients	*Bœuf, pâtes, carottes, céleris, oignons, sauce tomate de la maison, épices*	*Tofu, brocolis, champignons, crème, épices*	*Saumon, pâtes, brocolis, crème,margarine, farine, bouillon de légumes, épices*	*saucisses du commerce, haricots verts, carottes, maïs, oignon, riz, épices, huile.*	*Oeuf, fromage, fèves noires, poivrons, oignons, épices*
Accompagnement		**Riz**		**Riz**	**Pâtes et maïs**
Ingrédients		*Riz, oignon, sel*		*Riz, oignon, sel*	*Pâte, maïs, huile végétale, épices*
Fruits	**poires**	**bananes**	**oranges**	**pommes**	**kiwis**
Collation Pm	**gelette de riz avec beurre soya**	**craquelins et hummus**	**pain pita et fromage**	**pain naan et beurre soya**	**melange des pain ou craquelins et yogourt**
Ingrédients					
	12-mai-25	**13-mai-25**	**14-mai-25**	**15-mai-25**	**16-mai-25**
Collation Am	**lait et céreal**	**pain et tartinade**	**yogourt et granola**	**compote de pomme et cereal mix**	**crème de ble**
Entrée	**soupe**	**soupe**	**crudités**	**soupe**	**soupe**
Repas	**Pâte sauce aux fromage et tomates**	**Boulettes de bœuf en sauce**	**Pâte style carbonara poulet et brocoli**	**Poisson à la sauce tomatée**	**Sloppy Joe**
Ingrédients	*Pâtes, fromage, crème, tomates, huile, épices*	*Bœuf, chapelure, crème, oignon, épices*	*Poulet, pâtes, crème, fromage, brocolis, épices*	*Poisson, maïs, tomate, pois vert, fèves vertes, oignon, huile végétale, épices*	*Bœuf, pain, carottes, sauce tomate de la maison, épices*
Accompagnement		**Sauté de patates et carottes**		**Riz**	
Ingrédients		*Patates, carottes, huile végétale, épices*		*Riz, oignon, sel*	
Fruits	**melon**	**prunes**	**ananas**	**fraises**	**pommes**
Collation Pm	**gelette de riz avec beurre soya**	**craquelins et hummus**	**pain pita et fromage**	**pain naan et beurre soya**	**melange des pain ou craquelins et yogourt**

Ingrédients					
	19-mai-25	**20-mai-25**	**21-mai-25**	**22-mai-25**	**23-mai-25**
Collation Am		**pain et tartinade**	**yogourt et granola**	**compote de pomme et cereal mix**	**gruau**
Entrée		**soupe**	**soupe**	**crudités**	**soupe**
Repas	**FÉRIÉ**	**Riz oriental aux légumes**	**Râgout de boulette de bœuf**	**Pâté chinois**	**Poulet grillé**
Ingrédients		*Riz, tofu, haricots verts, maïs, pois, carottes, sauce soya, huile végétale, épices*	*Bœuf, patates, carottes, oignons, fromage, chapelure, margarine, farine, épices*	*Bœuf, chapelure, maïs en crème, patates, margarine, lait, épices*	*Poulet, épices (contient soya, maïs, gluten)*
Accompagnement			**Pain de blé**		**Couscous et légumes**
Ingrédients			*Peut contenir lait, soya ou sésame*		*Couscous, poivrons, huile végétale, épices*
Fruits		**bananes**	**melon**	**oranges**	**raisins**
Collation Pm		**craquelins et hummus**	**pain pita et fromage**	**pain naan et beurre soya**	**melange des pain ou craquelins et yogourt**
Ingrédients					
	26-mai-25	**27-mai-25**	**28-mai-25**	**29-mai-25**	**30-mai-25**
Collation Am	**lait et céreal**	**pain et tartinade**	**yogourt et granola**	**compote de pomme et cereal mix**	**crème de ble**
Entrée	**soupe**	**crudités**	**soupe**	**soupe**	**soupe**
Repas	**Riz aux fromage et poivrons**	**Rotini à la saucisse de poulet**	**Hamburger steak**	**Bâtonnets de poisson**	**Sandwich aux œufs**
Ingrédients	*Riz, pois chiches, poivrons, fromage, épices*	*Saucisse de poulet du commerce, maïs, carottes, oignon, pâtes, épices*	*Bœuf, carrotes, patates*	*Poisson blanc, patate, chapelure, huile végétale et soya, épices*	*Œufs, mayonnaise, patates, épices, pain (peut contenir soya, sésame, lait)*
Accompagnement			**Carottes**	**Patates en dés et macédoine**	**Crudités**
Ingrédients			*Carottes, épices*	*Patates en dés, maïs, carottes, fèves vertes, pois verts, huile végétale, épices.*	*Légumes de saison*
Fruits	**pommes**	**poires**	**oranges**	**bananes**	**melon**
Collation Pm	**gelette de riz avec beurre soya**	**craquelins et hummus**	**pain pita et fromage**	**pain naan et beurre soya**	**melange des pain ou craquelins et yogourt**
Ingrédients					