

**Menu type de séjour au YMCA Kanawana
CLASSE NATURE**

	Déjeuner	Dîner	Souper	Collation
Jour 1	Omelette Patates Rôties Assiette de fruits	Croque Monsieur Crème de brocolis Salade de Choux <i>Biscuits à l'avoine</i>	Poulet à l'orange (Sur lit de riz) Potage de saison Salade du Chef Crème glacée	Barres tendres
Jour 2	Bagels Fromage à la crème Assiette de fruits	Quesadillas Soupe aux lentilles Salade du chef <i>Melon d'eau</i>	Cuisse de poulet Patates au four Soupe Minestrone Salade de choux <i>Croustade aux pommes</i>	Muffins
Jour 3	Œufs Bacon Rôties Assiette de fruits	Salade repas (poitrine de poulet) Crème de tomates <i>Carrés Rice Krispies</i>	Pain de viande Soupe poulet et riz Salade du chef <i>Gâteau blanc</i>	Biscuits
Jour 4	Pains dorés Assiette de fruits	Assortiment Sandwich (Thon, jambon, œufs) Souper poulet, nouilles Salade grecque <i>Muffins</i>	Sauce spaghetti (viande) Crème de champignons Pain à l'ail <i>Pudding au chocolat</i>	Guimauve pour le feu et fruits
Jour 5	Yogourt Granola Assiettes de fruits	Macaronis au fromage Crème de carottes Salade du chef <i>Brownies au chocolat</i>	Mijoté de bœuf Patates en gratin Soupe aux poireaux Salade du chef <i>Gâteau au chocolat</i>	Barres tendres
Aussi disponible pendant les repas	Confiture Sirop Jus d'orange Lait (vache,soya) Pain blanc et brun	Crudités Pommes Oranges Jus	Pain blanc ou brun Jus	Fruits toujours disponibles entre les repas

*Ceci est un menu type et il est un exemple des repas que nous offrons.
*Tous les repas sont servis sur demande SANS VIANDE

