

Plan de menus pour un camp de sports de neige

	1 ^{er} jour	2 ^e jour	3 ^e jour	4 ^e jour	5 ^e jour
Déjeuner		Pain Beurre, confiture Céréales Lait, poudre chocolatée Jus, thé	Pain Beurre, confiture Céréales Lait, poudre chocolatée Jus, thé	Pain Beurre, confiture Céréales Lait, poudre chocolatée Jus, thé	Pain Beurre, confiture Céréales Lait, poudre chocolatée Jus, thé
Dîner		Pain Jambon, fromage Fromage fondu, œuf dur Concombres Chocolat, barres de céréales Fruits et carottes Thé	Pain Jambon, fromage Fromage fondu, œuf dur Concombres Gâteau de noix, barres de céréales Fruits et carottes Thé	Pain Jambon, fromage Fromage fondu, œuf dur Concombres Chocolat, barres de céréales Fruits et carottes Thé	Pain Jambon, fromage Fromage fondu, œuf dur Concombres Cake à la banane, barres de céréales, chocolat Fruits et carottes Thé
Souper	Salade de chicorée frisée au maïs Penne 5 Pi Cake à la banane	Laitue pommée aux pignons grillés Riz Casimir au poulet et aux fruits Glace Menu végétarien: Fruits Casimir	Laitue aux perles de mozzarella Burger de bœuf Purée de pommes de terre Petits pois et carottes Compote de pommes à la cannelle Menu végétarien: Tome panée ou fromage à griller halloumi	Salade de carottes aux oranges et aux pommes Emincé de bœuf Stroganov Fusilli aux herbes Gratin de légumes Compote de poires avec crème de chocolat Menu végétarien: Emincé de tofu Stroganov	

Documents à télécharger

- [Recettes \(pdf\)](#)
- [Recettes végétariennes \(pdf\)](#)
- [Planificateur d'achats \(xls\)](#)