

MENU DU PRE-K/HEAD START

NOVEMBRE 2022

OFFERT AU PETIT DÉJEUNER TOUS LES JOURS

	CAL.	GLUC.		CAL.	GLUC.		CAL.	GLUC.		CAL.	GLUC.		CAL.	GLUC.
Gaufre belge au sirop	360	65	Mini Pancakes et sirop	330	8/3	English muffin œuf et fromage	200	24	Sandwich continental de dinde, jambon et fromage	270	30	Pain à la cannelle du Maryland ^l	232	38
Jus de pomme	60	16	Jus d'orange	60	13	Jus de pomme	60	16	Jus d'orange	60	13	Jus de pomme	60	16

DÉJEUNER

LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
31/10			01/11			02/11			03/11			04/11		
Hamburger~ sur pain complet et p.d.t dentelées	404	43	Nuggets de poulet, maïs et petit pain	398	44	Spaghetti aux boulettes de viande~ et petit pain Salade du jardin et sauce Ranch	432	58	Taco de bœuf accomp. de maïs, haricots verts et chips tortilla	264	38	Pizza au fromage	320/330	31
							30/55	8/3				Légumes frais et sauce ranch	30/55	8/3
11/7			11/8			11/9			11/10			11/11		
PAS D'ÉCOLE			PAS D'ÉCOLE			Pilons de poulet (CC) accomp. de pdt. au romain et pain	370	39	Sandwich grillé au fromage et frites au four	366	44	Pizza au fromage	320/330	31
												Salade du jardin et sauce Ranch	30/55	8/3
11/14			11/15			11/16			11/17			11/18		
Hamburger~ sur pain complet et p.d.t dentelées	404	43	Nuggets de poulet, maïs et petit pain	398	44	Taco de bœuf accomp. de maïs, haricots verts et chips tortilla	264	38	MENU DE THANKSGIVING Rôti de dinde et sauce accomp. de purée de p.d.t, farce et petit pain	402	48	Pizza au fromage	320/330	31
												Légumes frais et sauce ranch	30/55	8/3
11/21			11/22			11/23			11/24			11/25		
Sandwich grillé au fromage et frites au four	366	44	Boulettes de bœuf accomp. riz végétarien et pain Petites carottes avec sauce Ranch	421	63	FERMETURE DES ECOLES ET DES SERVICES ADMINISTRATIFS			JOUR FÉRIÉ			JOUR FÉRIÉ		
				35/55	8/3									
11/28			11/29			11/30			1er DECEMBRE			2 DECEMBRE		
Hamburger~ sur pain complet et p.d.t dentelées	404	43	Bouchées de poulet accomp. de haricots verts et pain	479	58	Sandwich de bœuf sauce barbecue accomp. de haricots verts	429	56	Taco de bœuf accomp. de maïs, haricots verts et chips tortilla	264	38	Pizza au fromage	320/330	31
												Légumes frais et sauce ranch	30/55	8/3

Un assortiment de fruits et du lait sont disponibles à chaque repas : Assortiment de fruits : Calories 20-127 Glucides 7-33 Lait : Calories 90-120 Glucides 12-20

Indications alimentaires du menu : Cal = Calories Gluc. = Glucides ~Bœuf *Porc +Volaille ^vVegan



Cette institution est un fournisseur souscrivant au principe d'égalité d'accès à l'emploi.

Montgomery County Public Schools Division of Food and Nutrition Services

Happy Thanksgiving