

THÉMATIQUES MENSUELLES POUR ajouter du plaisir au menu



Pour ajouter de la saveur à vos menus et accentuer le plaisir de manger durant toute l'année, nous vous encourageons à instaurer des thématiques mensuelles.

Voici des thématiques mensuelles comprenant des idées de recettes qui ont été testées et qui sont très appréciées des enfants et des adultes.

MOIS	THÉMATIQUES	CHOIX 1	CHOIX 2
JANVIER	Fête des rois	Pain de viande de DINDON (n° 10)*	PORC haché à l'aubergine (n° 13) Ragoût de DINDON exquis (n° 11)
FÉVRIER	St-Valentin	Salade de pâtes au POULET et canneberges (n° 8)	Lasagne au POULET et brocoli (n° 12)
MARS	Pâques Mois de la nutrition	Gratin de JAMBON et patates douces (n° 9)	Tartelettes de Pâques au PORC (n° 27)
AVRIL	Grèce	Pizza grecque au POULET (n° 1) Poitrines de POULET à la menthe (n° 14)	Ratatouille de rôti de DINDON (n° 20)
MAI	Fête des Mères	Soupe-repas réconfortante au POULET (n° 16) Penne saucisses à la DINDE (n° 25)	Sandwich roulé au POULET santé (n° 3)
JUIN	Asie Inde	POULET asiatique (n° 18) Rouleaux succulents au POULET (n° 2)	Cubes de PORC à l'indienne (n° 15)
JUILLET	Noël des campeurs	Sous-marin au POULET (n° 23)	Hamburger nutritif (n° 17)
AOÛT	Été BBQ	POULET ensoleillé (n° 19)	Boulettes de PORC ensoleillées (n° 4) Hamburger nutritif (n° 17)
SEPTEMBRE	Le temps des récoltes	Rôti de DINDON aux pommes (n° 6)	Cuisses de POULET fantaisie aux fruits (n° 22) Côtelettes de PORC à la salsa (n° 7)
OCTOBRE	Action de grâce	Ragoût de DINDON exquis (n° 11)	Pain de viande de DINDON (n° 10)
NOVEMBRE	Halloween	Hamburger de l'Halloween (n° 28)	Boulettes de DINDON (n° 5)
DÉCEMBRE	Noël	Aigre-doux de cubes de DINDON (n° 26)	Pot-au-feu (n° 21) Ragoût de DINDON exquis (n° 11)

* Fait référence aux fiches recettes jointes à votre cartable

Amusez-vous et prenez le temps d'apprécier un repas savoureux !

Bon appétit et belles thématiques !

Sources : www.saveursdici.com / www.action-nutrition.net