

SUMMER CAMP MENU

*ALL OUR MEATS ARE HALAL

MONDAY

LETTUCE SALAD, LEMON OLIVE OIL
SLICED CHICKEN, TOMATO AND BELL
PEPPER SAUCE
COQUILLETES
FRUIT OF THE DAY

7

CAESAR SALAD, CROUTONS,
HOMEMADE MAYONNAISE
CHICKEN DRUMSTICK AND BAKED
VEGETABLES
BROWN RICE
CHEESE

14

BELL BELL PEPPER AND CARROT
STICKS
SLICED CHICKEN, ROSÉE SAUCE
WHITE RICE
GREEN BEANS
FRUIT OF THE DAY

21

TOMATO SALAD WITH CORN,
KALAMATA OLIVES AND BASLSAMIC
CREAM
SLICED CHICKEN WITH CURRY SAUCE
AND VEGETABLES
FRAGRANT RICE
FRUIT OF THE DAY

28

TUESDAY

CUCUMBER, MELON AND FETA SALAD
SHEPHERD'S PIE OF BEEF
YOGHURT

MIXED VEGETABLES
HOMEMADE BEEF BURGER OVEN-
ROASTED SWEET POTATOES
FRUIT OF THE DAY

15

MIXED VEGETABLES
HOMEMADE BEEF MEATBALL, TOMATO
BASIL SAUCE
STEAMED POTATOES
CHEESE

22

LETTUCE SALAD WITH LEMON OLIVE
OIL
SLICED BEEF WITH ONIONS
YOGURT

29

WEDNESDAY

GRATED VEGETABLE SALAD WITH
VINAIGRETTE
TURKEY CROQUE MONSIEUR
FRUIT OF THE DAY

9

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
ZUCCHINI AND CHEESE GRATIN
YOGHURT

16

BEET AND FETA SALAD
FRIED RICE WITH SMOKED TURKEY AND
VEGETABLES
FRUIT OF THE DAY

23

CUCUMBER AND CELERY STICKS
CHICKEN BURGER
VEGETABLE FRIES
FRUIT OF THE DAY

30

THURSDAY

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD
MACARONI AND CHEESE
VEGETABLE GARDEN
CHEESE

10

CORN AND TOMATO SALAD, LEMON
OLIVE OIL
SPAGHETTI BOLOGNAISE
FRUIT SALAD

17

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
PENNE WITH ALFREDO SAUCE
PEAS
YOGHURT

24

LEGUME SALAD
RIGATONIS WITH ROSE AND BASIL
SAUCE
HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE

31

FRIDAY

CUCUMBER AND CARROT STICKS
FISH FILLET WITH CREAMY SPINACH
SAUCE
POTATO MOUSSELINE
FRUIT SALAD

11

TOMATO AND MOZARELLA SALAD
BAKED SALMON CUBES WITH
PROVENÇAL SAUCE
QUINOA
OVEN-ROASTED SEASONAL
VEGETABLES
LEMON TARTLET

18

CELERIAC AND APPLE SALAD WITH
DIJON VINAIGRETTE
HOMEMADE BREADED FISH FILLET
WITH TARTAR SAUCE
POTATO AND CARROT MOUSSELINE
FRUIT SALAD

25

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SALADE DE LAITUE, HUILE D'OLIVE
CITRON

ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE TOMATE ET
POIVRONS
COQUILLETES

FRUIT DU JOUR

7

SALADE DE CONCOMBRES, MELON,
FETA

HACHIS PARMENTIER DE BOEUF

YAOURT

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS,
VINAIGRETTE

CROQUE MONSIEUR À LA DINDE

FRUIT DU JOUR

9

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET
FINES HERBE

MACARONIS AU FROMAGE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES

FROMAGE

10

BATONNETS DE CONCOMBRES ET
CAROTTES

FILET DE POISSON, SAUCE CRÉMEUSE
AUX ÉPINARDS
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE

SALADE DE FRUITS

11

SALADE CÉSAR, CROUTONS,
MAYONNAISE MAISON

PILON DE POULET ET LÉGUMES AU
FOUR
RIZ COMPLET

FROMAGE

14

MACÉDOINE DE LÉGUMES

BURGER DE BŒUF MAISON PATATES
DOUCES RÔTIES AU FOUR

FRUIT DU JOUR

15

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES
HERBES

GRATIN DE COURGETTES ET FROMAGE

YAOURT

16

SALADE DE MAÏS ET TOMATES, HUILE
D'OLIVE CITRON

SPAGHETTI BOLOGNAISE

SALADE DE FRUITS

17

SALADE DE TOMATES ET MOZARELLA

CUBES DE SAUMON AU FOUR, SAUCE
PROVENÇALE
QUINOA

LÉGUMES DE SAISON ROTIS AU FOUR

TARTELETTE AU CITRON

18

BATONNETS DE POIVRONS ET
CAROTTES

ÉMINCÉ DE POULET, SAUCE ROSÉE
RIZ BLANC
HARICOTS VERTS

FRUIT DU JOUR

21

MACÉDOINE DE LÉGUMES

BOULETTE DE BOEUF MAISON, SAUCE
TOMATE BASILIC
POMMES DE TERRES VAPEUR

FROMAGE

22

SALADE DE BETTERAVES ET FETA

RIZ SAUTÉ À LA DINDE FUMÉE ET AUX
LÉGUMES

FRUIT DU JOUR

23

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES
HERBES

PENNE SAUCE ALFREDO
PETITS POIS

YAOURT

24

SALADE DE CÉLERI RAVE ET POMME,
VINAIGRETTE DIJON

FILET DE POISSON PANÉ MAISON,
SAUCE TARTARE
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE ET
CAROTTES

SALADE DE FRUITS

25

SALADE DE TOMATES, MAÏS, OLIVES DE
KALAMATA ET CRÈME DE BASLSAMIQUE

ÉMINCÉ DE POULET SAUCE AU CURRY
ET LÉGUMES
RIZ PARFUMÉ

FRUIT DU JOUR

28

SALADE DE LAITUE, HUILE D'OLIVE
CITRON

ÉMINCÉ DE BOEUF AUX OIGNONS

YAOURT

29

BATONNETS DE CONCOMBRE ET CELERI

BURGER AU POULET
FRITES DE LÉGUMES

FRUIT DU JOUR

30

SALADE DE LÉGUMINEUSES

RIGATONIS SAUCE ROSÉE ET BASILIC

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

31

SUMMER CAMP SNACK MENU

*HOMEMADE

LUNDI

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
CEREAL BAR
CHERRY TOMATOES

7

MARDI

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI CARROT MUFFIN*
DICED MELON

15

MERCREDI

MORNING :
ORGANIC MILK
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
RAISIN BREAD
MINI CUCUMBERS

9

JEUDI

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
BANANA CAKE
DICED PAPAYA

10

VENDREDI

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING
OATMEAL COOKIE
CELERY STICKS

11

MORNING :
YOGHURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI PITA
QUARTERED APPLE

14

MORNING :
ORGANIC MILK
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
YOGHURT CAKE
BABY CARROTS

15

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
CEREAL BAR
BANANA

16

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI OATMEAL MUFFIN*
CHERRY TOMATOES

17

MORNING :
ORGANIC MILK
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
CEREAL BREAD
QUARTERED CLEMENTINE

18

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING
OATMEAL COOKIE
DICED MELON

21

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
BANANA CAKE*
CHERRY TOMATOES

22

MORNING :
ORGANIC MILK
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI PITA
DICED PAPAYA

23

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI CARROT MUFFIN
MINI CUCUMBERS

24

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
RAISIN BREAD
QUARTERED APPLE

25

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
CEREAL BAR
BABY CARROTS

28

MORNING :
ORGANIC MILK
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
YOGHURT CAKE*
BANANA

29

MORNING :
YOGURT
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
MINI CARROT MUFFIN*
CHERRY TOMATOES

30

MORNING :
CHEESE
FRUIT OF THE DAY

EVENING :
OATMEAL COOKIE
QUARTERED CLEMENTINE

31

LUNDI

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BARRE DE CÉRÉALES
TOMATES CERISES

7

MARDI

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI MUFFIN À LA CAROTTE*
DÉS DE MELON

9

MERCREDI

MATIN :
LAIT ORGANIQUE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
PAIN AUX RAISINS
MINI CONCOMBRES

9

JEUDI

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
GATEAU À LA BANANE*
DÉS DE PAPAYE

10

VENDREDI

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BISCUIT À L'AVOINE
BATONNETS DE CELERI

11

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI PITA
POMME EN QUARTIERS

14

MATIN :
LAIT ORGANIQUE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
GÂTEAU AU YAOURT*
MINI CAROTTES

15

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BARRE DE CÉRÉALES
BANANE

16

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI MUFFIN À L'AVOINE*
TOMATES CERISES

17

MATIN :
LAIT ORGANIQUE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
PAIN AUX CÉRÉALES
CLÉMENTINE EN QUARTIERS

18

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BISCUIT À L'AVOINE
DÉS DE MELON

21

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
GATEAU À LA BANANE*
TOMATES CERISES

22

MATIN :
LAIT ORGANIQUE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI PITA
DÉS DE PAPAYE

23

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI MUFFIN À LA CAROTTE*
MINI CONCOMBRES

24

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
PAIN AUX RAISINS
POMME EN QUARTIERS

25

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BARRE DE CÉRÉALES
MINI CAROTTES

28

MATIN :
LAIT ORGANIQUE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
GÂTEAU AU YAOURT*
BANANE

29

MATIN :
YAOURT
FRUIT DU JOUR

SOIR :
MINI MUFFIN À LA CAROTTE*
TOMATES CERISES

30

MATIN :
FROMAGE
FRUIT DU JOUR

SOIR :
BISCUIT À L'AVOINE
CLÉMENTINE EN QUARTIERS

31

SUMMER CAMP VEGETARIAN MENU

*ALL OUR MEATS ARE HALAL

MONDAY

LETTUCE SALAD WITH LEMON OLIVE OIL
BAKED VEGETABLES AND TOFU
FRUIT OF THE DAY

7

TUESDAY

CUCUMBER, MELON AND FETA SALAD
SHEPHERD'S PIE WITH VEGETABLES
YOGHURT

WEDNESDAY

GRATED VEGETABLE SALAD WITH VINAIGRETTE
VEGETARIAN CROQUE MONSIEUR WITH SPINACH
FRUIT OF THE DAY

9

THURSDAY

LENTIL, BELL PEPPER AND HERB SALAD
MACARONI AND CHEESE
VEGETABLE GARDEN
CHEESE

10

FRIDAY

CUCUMBER AND CARROT STICKS
ROASTED CAULIFLOWER STEAK,
CREAMY SPINACH SAUCE AND POTATO
MOUSSELINE
FRUIT SALAD

11

CAESAR SALAD, CROUTONS,
HOMEMADE MAYONNAISE
CHILI SIN CARNE
BROWN RICE
CHEESE

14

VEGETABLE MACÉDOINE
VEGGIE STEAK BURGER
OVEN-ROASTED SWEET POTATOES
FRUIT OF THE DAY

15

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
ZUCCHINI AND CHEESE GRATIN
YOGHURT

16

CORN AND TOMATO SALAD, LEMON
OLIVE OIL
VEGETARIAN SPAGHETTI BOLOGNAISE
WITH LEGUMES
FRUIT SALAD

17

TOMATO AND MOZARELLA SALAD
OVEN-MARINATED TOFU CUBES WITH
PROVENÇAL SAUCE
QUINOA
OVEN-ROASTED SEASONAL
VEGETABLES
LEMON TARTLET

18

BELL PEPPER AND CARROT STICKS
VEGETARIAN COQUILLETES WITH
PEPPERS AND TOMATO SAUCE
FRUIT OF THE DAY

21

VEGETABLE MACÉDOINE
VEGETARIAN MEATBALLS WITH
LEGUMES, TOMATO BASIL SAUCE
STEAMED POTATOES
CHEESE

22

BEET AND FETA SALAD
FRIED RICE WITH VEGETABLES
FRUIT OF THE DAY

23

CHICKPEA SALAD WITH HERBS
PENNE WITH ALFREDO SAUCE
PEAS
YOGHURT

24

CELERIAC AND APPLE SALAD WITH
DIJON VINAIGRETTE
BREADED EGGPLANT, TARTAR SAUCE
POTATO AND CARROT MOUSSELINE
FRUIT SALAD

25

TOMATO SALAD WITH CORN,
KALAMATA OLIVES AND BASLSAMIC
CREAM
TOFU WOK AND BROCCOLI SAUTÉED
ASIAN-STYLE
FRAGRANT RICE
FRUIT OF THE DAY

28

LETTUCE SALAD WITH LEMON OLIVE
OIL
VEGETARIAN SANDWICH WITH GRILLED
VEGETABLES AND HUMMUS
YOGHURT

29

CUCUMBER AND CELERY STICKS
VEGGIE STEAK BURGER
VEGETABLE FRIES
FRUIT OF THE DAY

30

LEGUME SALAD
RIGATONIS WITH ROSE AND BASIL
SAUCE
HOMEMADE CHOCOLATE BROWNIE

31

LUNDI

SALADE DE LAITUE, HUILE D'OLIVE
CITRON

LÉGUMES AU FOUR ET TOFU

FRUIT DU JOUR

7

MARDI

SALADE DE CONCOMBRES, MELON,
FETA

HACHIS PARMENTIER DE LÉGUMES

YAOURT

MERCREDI

SALADE DE LÉGUMES RAPÉS,
VINAIGRETTE

CROQUE MONSIEUR VÉGÉTARIEN AUX
ÉPINARDS

FRUIT DU JOUR

9

JEUDI

SALADE DE LENTILLES, POIVRONS ET
FINES HERBE

MACARONIS AU FROMAGE
JARDINIÈRE DE LÉGUMES

FROMAGE

10

VENDREDI

BATONNETS DE CONCOMBRES ET
CAROTTES

STEAK DE CHOU-FLEUR RÔTI, SAUCE
CRÉMEUSE AUX ÉPINARDS ET
MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE

SALADE DE FRUITS

11

SALADE CÉSAR, CROUTONS,
MAYONNAISE MAISON

CHILI SIN CARNE
RIZ COMPLET

FROMAGE

14

MACÉDOINE DE LÉGUMES

BURGER AU STEAK VÉGÉTAL
PATATES DOUCES RÔTIES AU FOUR

FRUIT DU JOUR

15

SALADE DE POIS CHICHES AUX FINES
HERBES

GRATIN DE COURGETTES ET FROMAGE

YAOURT

16

SALADE DE MAÏS ET TOMATES, HUILE
D'OLIVE CITRON

SPAGHETTI BOLOGNAISE
VÉGÉTARIENNE AUX LÉGUMINEUSES

SALADE DE FRUITS

17

SALADE DE TOMATES ET MOZARELLA

CUBES DE TOFU MARINÉ AU FOUR,
SAUCE PROVENÇALE
QUINOA

LÉGUMES DE SAISON RÔTIS AU FOUR

TARTELETTE AU CITRON

18

BATONNETS DE POIVRONS ET
CAROTTES

COQUILLETES VÉGÉTARIENNES AUX
POIVRONS ET SAUCE TOMATE

FRUIT DU JOUR

21

MACÉDOINE DE LÉGUMES

BOULETTE VÉGÉTARIENNES AUX
LÉGUMINEUSES, SAUCE TOMATE

BASILIC
POMMES DE TERRES VAPEUR

FROMAGE

22

SALADE DE BETTERAVES ET FETA

RIZ SAUTÉ AUX LÉGUMES

FRUIT DU JOUR

23

SALADE DE POIS CHICHE AUX FINES
HERBES

PENNE SAUCE ALFREDO
PETITS POIS

YAOURT

24

SALADE DE CÉLERI RAVE ET POMME,
VINAIGRETTE DIJON

AUBERGINE PANÉ MAISON, SAUCE
TARTARE

MOUSSELINE DE POMMES DE TERRE ET
CAROTTES

SALADE DE FRUITS

25

SALADE DE TOMATES, MAÏS, OLIVES DE
KALAMATA ET CRÈME DE BASLSAMIQUE

WOK DE TOFU ET BROCCOLIS SAUTÉS
À L'ASIATIQUE
RIZ PARFUMÉ

FRUIT DU JOUR

28

SALADE DE LAITUE, HUILE D'OLIVE
CITRON

SANDWICH VÉGÉTARIEN AUX LÉGUMES
GRILLÉS ET HOUMOUS

YAOURT

29

BATONNETS DE CONCOMBRE ET CELERI

BURGER AU STEAK VÉGÉTAL
FRITES DE LÉGUMES

FRUIT DU JOUR

30

SALADE DE LÉGUMINEUSES

RIGATONIS SAUCE ROSÉE ET BASILIC

BROWNIE AU CHOCOLAT MAISON

31