

Menu sans gluten du

Période	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
Déjeuner	----	Au choix; Toasts, fruits, Céréales, gruau, Œufs/omelettes, Crêpes, compote. **Pain et crêpes sans gluten, fruits, œufs, beurre d'arachide sont ok pour les intolérances au gluten.	
Collation AM	----	Yogourt et fruits **Utiliser le yogourt sans gluten	Smoothies **Utiliser le yogourt sans gluten, des fruits et un peu d'eau au besoin.
Diner	----	Mijoté de porc et légumes	Sandwich au jambon et crudités **Utiliser le pain et le jambon sans gluten.
Collation PM	----	Smore's au feu **Utiliser la tartinade à la guimauve, le chocolat et les biscuits sans gluten.	----
Souper	Sauté poulet et légumes teriyaki et riz + Dessert **Utiliser la sauce et dessert sans gluten.	Burger de bœuf et salade grecque **Pain burger sans gluten.	----
Gâterie du soir	----	Chips et popcorn au film **Utiliser gâterie sans gluten.	
Commentaires (allergies, spécifications, etc.)	Notes : Les ingrédients spécifiques aux personnes avec des intolérances sont surlignés en jaune, s'il n'y a rien de surligné dans une case, c'est que tous les ingrédients de la collation ou du repas ont été vérifiés et ne contiennent pas de gluten.		