



Weekly Planner



École Fleur de Vie
Flower of Life Preschool

Week:

Monday

Whole Grain Turkey & Cheese Sandwich

sandwich made with hearty whole grain bread, layered with tender turkey slices, creamy cheese, crisp lettuce, and fresh cucumbers

Sandwich au Blé Complet, Dinde et Fromage

Un sandwich nourrissant préparé avec du pain au blé complet, garni de fines tranches de dinde, de fromage fondant, de laitue croquante et de concombres frais

Tuesday

Oriental Harmony Bowl: Chicken & Veggies in Soy Glaze

Tender chicken sautéed with colorful seasonal vegetables in a fragrant soy sauce glaze, served over a bed of steamed rice. A comforting and flavorful bowl inspired by Asian home cooking.

Bol Harmonie Orientale : Poulet et Légumes au Glacé de Soja

Morceaux de poulet tendres sautés avec des légumes de saison dans une sauce soja parfumée, servis sur un lit de riz vapeur. Un bol réconfortant et plein de saveurs, inspiré de la cuisine asiatique maison.

Wednesday

Golden Harmony: Roasted Salmon with Sweet Potatoes & Beet Garden Salad

A delicate fillet of oven-roasted salmon served alongside caramelized sweet potatoes and tender asparagus spears. Accompanied by a vibrant beet salad lightly tossed with citrus vinaigrette

Symphonie Dorée : Saumon Rôti, Patates Douces & Salade de Betteraves du Jardin

Un filet de saumon rôti au four, accompagné de patates douces caramélisées et d'asperges tendres. Servi avec une salade de betteraves relevée d'une vinaigrette aux agrumes.

Thursday

Marinated Beef Skewers on Creamy Mashed Potatoes

Tender, seasoned beef skewers grilled to perfection and served over smooth, buttery mashed potatoes.

Brochettes de Bœuf Marinées sur Purée Veloutée de Pommes de Terre

De savoureuses brochettes de viande délicatement assaisonnées et grillées à la perfection, servies sur une purée de pommes de terre maison, lisse et onctueuse.

Friday

Homemade Turkey, Cheese & Vegetable Soufflé

A light and fluffy homemade soufflé filled with seasoned ground turkey, melted cheese, and tender vegetables. A comforting and flavorful dish that blends softness and richness in every bite.

Soufflé Maison à la Dinde Hachée, Fromage et Légumes

Un soufflé moelleux fait maison, garni d'une farce savoureuse à base de dinde hachée, de fromage fondant et de légumes mijotés. Une recette légère et gourmande qui allie douceur et richesse de saveurs.

