

REPAS COMPLET

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe aux légumes	Soupe à la tomate et nouille	Crème de courge	Soupe poulet et riz brun ●	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1 Poulet, sauce Tao	Lanières de porc, sauce barbecue de la Louisiane 	Lasagne au gratin	Boulettes de veau à la suédoise 	Macaronis chinois
	2 Pain de viande	Burger de poisson croustillant en chapelure panko ●●	Croque-monsieur au jambon	Pizza carnivore sur pita (3 viandes)	Vol-au-vent au poulet
CHOIX VÉGÉ 	3 LUNDI SANS VIANDE Tofu sauce Tao 	Lanières végé, sauce barbecue de la Louisiane	Lasagne végétarienne au gratin	Pizza-pita végétarienne	Macaronis chinois végétariens
LÉGUME	Mélange Soleil levant 	Haricots verts entiers	LE LÉGUME INSPIRÉ	Carottes persillées 	Mélange Romanesco 
SALADE	Salade du chef	Salade de chou, mandarines et poivrons rouges	Crudités et trempette maison	Salade César allegro	Salade du moment
ACCOMPAGNEMENT	Riz brun pilaf ●	Couscous de blé entier aux légumes ● (plat du chef 1)	Pommes de terre aux fines herbes (plat du chef 2)	Riz basmati (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre (plat du chef 2)
DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON	Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100 % (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 26 août, 23 septembre, 21 octobre et 25 novembre 2019; les 6 janvier, 3 février, 9 mars, 6 avril, 4 mai et 1 ^{er} juin 2020.				

MODIFIÉ 17/12/2019

REPAS COMPLET

SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Potage du marché	Crème de tomate	Soupe au poulet et riz brun ●	Crème de brocoli	Soupe aux légumes
PLAT DU CHEF	1	Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Porc au miel et à l'ail	Boulettes de veau à l'italienne	Dinde forestière	Parmentier de veau au gratin
	2	LUNDI SANS VIANDE Lasagne aux légumes	Burger de dinde avec mayo créole ●	Filet de poisson mariné en croûte de bretzels ●	Fusillis, sauce à la viande	Pains farcis au poulet, fromage et salsa ●
CHOIX VÉGÉ	3		Burger végé ●	-	Fusillis, sauce végétarienne	-
LÉGUME		Mais et poivrons deux couleurs	Légumes Californien	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange Jardinière (haricots et carottes)	Pois verts
SALADE		Salade César	Salade de chou classique	Salade de brocoli, carotte et radis	Salade du chef	Salade de légumes croquants
ACCOMPAGNEMENT		Pommes de terre cubes (plat du chef 1)	Nouilles cantonaises (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre	Quinoa et couscous comme un taboulé ● (plat du chef 1)	Pommes de terre aux épices tex-mex (plat du chef 2)
DESSERT		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON		Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100 % (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre)				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 2 et 30 septembre, 28 octobre et 2 décembre 2019; les 13 janvier, 10 février, 16 mars, 13 avril, 11 mai et 8 juin 2020.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe poulet et légumes	Crème de légumes	Soupe du cultivateur	Soupe poulet et nouilles	Potage carotte et gingembre
PLAT DU CHEF	1	Panini (Choix du chef)	Pizza-pita au poulet César	Macaronis à la viande	Taco au bœuf en bol de tortilla	Lanières de poulet sauce barbecue
	2	LUNDI SANS VIANDE Tortellinis au fromage, sauce rosée	Riz frit au jambon	Poitrine de poulet, sauce moutarde, miel et cari	Gratin de thon	Pâté chinois
CHOIX VÉGÉ	3		Pizza-pita végétarienne	Macaronis végétariens	Taco végétarien en bol de tortilla	Lanières végé sauce barbecue
LÉGUME		Duo de haricots verts et jaunes coupés	Mélange Soleil levant	Fleurettes de brocoli	Macédoine cinq légumes	LE LÉGUME QUI ME TENTE
SALADE		Salade de légumes croquants	Salade verte	Salade César	Chiffonnade de laitue et tomates	Salade de chou classique
ACCOMPAGNEMENT		-	-	Riz brun pilaf ● (plat du chef 2)	Pommes de terre rissolées (plats du chef 1 et 3)	Purée de pommes de terre (plats du chef 1 et 3)
DESSERT		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON		Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100 % (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre)				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 9 septembre, 7 octobre, 4 novembre et 9 décembre 2019; les 20 janvier, 17 février, 23 mars, 20 avril, 18 mai et 15 juin 2020.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 4		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe minestrone aux haricots	Soupe poulet et riz brun ●	Crème de carottes et patates douces	Soupe aux légumes	Crème émeraude
PLAT DU CHEF	1	Fajita au poulet et ses garnitures ●	Hamburger du chef ●	Pâté chinois	Cubes de porc, sauce hoisin	Steakette de veau parmigiana
	2	LUNDI SANS VIANDE	Saucisses de dinde	Poisson <i>italiano</i> ●	Spaghettis, sauce à la viande	Pizza au pepperoni de dinde
CHOIX VÉGÉ	3	Pennes au fromage	Hamburger végé	Pâté chinois végétarien	Spaghettis, sauce végétarienne	Pizza-pita végétarienne
LÉGUME		Mélange Jardinière	Carottes persillées	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange San Francisco	Mélange Romanesco
SALADE		Salade de chou crémeuse	Salade de maïs	Salade de betteraves et pommes du Québec	Salade César	Salade verte
ACCOMPAGNEMENT		-	Quartiers de pommes de terre aux fines herbes (plat du chef 2)	Orzo au citron (plat du chef 2)	Riz basmati (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)
DESSERT		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON		Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100 % (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre)				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 16 septembre, 14 octobre, 18 novembre et 16 décembre 2019; les 27 janvier, 24 février, 30 mars, 27 avril et 25 mai 2020.				