



















REPAS COMPLET

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Potage de courge	Soupe poulet et nouilles	Crème de céleri	Soupe aux tomates et coquilles	Potage de légumes
PLAT DU CHEF	1 Pâté au poulet	Fusillis à la viande	Pizza au pepperoni de dinde et fromage	Sauté de porc Shanghai	Pain de viande façon "cheeseburger"
	2 LUNDI SANS VIANDE Tofu sauce tao	Vol-au-vent, sauce aux fruits de mer	Cubes de dinde à la grecque et tzatziki	Boulettes de veau à la suédoise	Riz frit chinois au poulet
CHOIX VÉGÉ	3	Fusillis sauce végétarienne	Pizza végétarienne	Sauté Shanghai aux lanières végétariennes	Riz frit chinois végétarien
LÉGUME	Fleurettes de brocoli	Carottes persillées	LE LÉGUME DU JOUR	Haricots jaunes	Mélange Soleil levant
SALADE	Salade du chef	Salade César	Salade verte	Salade de légumes croquants	Salade de chou classique
ACCOMPAGNEMENT	Riz basmati (plat du chef 2)	Quartiers de patates douces (plat du chef 2)	Couscous et quinoa comme un taboulé (plat du chef 2)	Nouilles aux œufs	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON	Eau, lait ou jus de fruits pur à 100 % (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 28 août, 25 septembre, 23 octobre et 27 novembre 2023; 8 janvier, 5 février, 11 mars, 8 avril, 6 mai et 3 juin 2024.				








REPAS COMPLET

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Potage de carottes et gingembre 	Soupe ramen aux légumes	Potage aux poireaux 	Soupe poulet et riz sauvage 	Potage du jour 
PLAT DU CHEF	1 Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Lanières de poulet teriyaki 	Burrito au bœuf 	Boulettes de porc, sauce aux pêches 	Spaghettis, sauce à la viande
	2 LUNDI SANS VIANDE Tortellinis au fromage, sauce rosée	Filet de poisson mariné en croûte de bretzels 	Croquettes de dinde maison 	Mini pizza au thon	Poulet miel et cari
CHOIX VÉGÉ	3 	Lanières végé style poulet, sauce teriyaki 	Burrito, garniture végétarienne  	Tofu en cubes, sauce aux pêches  	Spaghettis, sauce végétarienne 
LÉGUME	Maïs en grains 	LE LÉGUME DU CHEF	Carottes en juliennes 	Flequettes de brocoli	Mélange Montego
SALADE	Salade fattouche	Salade du moment	Salade de chou crémeuse 	Salade de légumes croquants	Salade César allégro
ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre grelots (plat du chef 1)	Mélange multigrain pilaf 	Quartiers de pommes de terre aux fines herbes	Purée de navet et carottes (plats du chef 1 et 3)	Couscous aux légumes (plat du chef 2)
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
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 : 4 septembre, 2 et 30 octobre et 4 décembre 2023; 15 janvier, 12 février, 18 mars, 15 avril, 13 mai et 10 juin 2024.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Crème de champignons	Soupe minestrone	Velouté de poulet	Soupe aux tomates et orzo	Potage de légumes
PLAT DU CHEF	1 Boulettes de veau à l'italienne	Burger de dinde maison	Tournedos au poulet et bacon	Escalope de porc, sauce au poivre	Sandwich chaud au poulet
	2 LUNDI SANS VIANDE Quiche fromage et épinards	Filet de poisson à l'italienne	Pâté chinois au veau	Bœuf africain	Macaronis à la viande
CHOIX VÉGÉ	3	Burger végétarien	Pâté chinois végétarien	Cubes de tofu, sauce africaine	Macaronis végétariens
LÉGUME	Mélange Soleil levant	Carottes tranchées	Brocoli	Mélange Romanesco	LE LÉGUME INSPIRÉ
SALADE	Salade César	Salade de légumes croquants	Salade de betteraves et pommes vertes	Salade de chou classique	Salade verte
ACCOMPAGNEMENT	Riz brun (plat du chef 1)	Patates douces au four	Couscous (plat du chef 1)	Nouilles cantonaises	Pommes de terre du chef (plat du chef 1)
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
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 : 11 septembre, 9 octobre, 6 novembre et 11 décembre 2023; 22 janvier, 19 février, 25 mars, 22 avril, 20 mai et 17 juin 2024.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Potage de panais et poires 	Soupe wonton	Potage de brocoli  	Soupe bœuf, légumes et mélange multigrain 	Crème de tomates 
PLAT DU CHEF	1 Fajita au poulet	Porc, sauce miel et ail 	Rotinis, sauce à la viande	Saucisses de dinde, sauce tomatée 	Pâté au saumon
	2 LUNDI SANS VIANDE Macaronis au fromage	Mini boulettes de bœuf, sauce rosée	Pizza-pita au poulet César	Hamburger	Parmentier de veau 
CHOIX VÉGÉ	3 	Tofu en cubes, sauce miel et ail  	Rotinis, sauce végétarienne 	Burger végétarien 	Parmentier végétarien 
LÉGUME	Carottes en dés 	Fleurettes de brocoli	Haricots verts 	LE LÉGUME DU MOMENT	Mélange parisien
SALADE	Salade de maïs à la mexicaine 	Salade de chou asiatique 	Salade du moment	Salade grecque	Salade César
ACCOMPAGNEMENT	Quartiers de pommes de terre assaisonnés (plat du chef 1)	Nouilles cantonaises	-	Pommes de terre au goût du chef	-
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
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 : 18 septembre, 16 octobre, 20 novembre et 18 décembre 2023; 29 janvier, 26 février, 1 ^{er} et 29 avril et 27 mai 2024.				