



MENU DE LA SEMAINE

REPAS COMPLET

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe, potage, jus de tomate ou de légumes offert chaque jour.				
PLAT DU CHEF	LUNDI SANS VIANDE Rigatonis primavera ●	Poulet, sauce Tao	Filet de poisson en croûte de bretzels ●	Pizza carnivore sur pita (3 viandes)	Macaronis chinois au porc
LÉGUME ou SALADE	Salade du chef	Mélange Soleil levant	Duo de haricots	Salade César	Jardinière orientale
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	-	Riz basmati	Riz multigrain au basilic ●	-	-
DESSERT DU JOUR	Carré au riz croustillant	Coupe de fruits en gelée	Gâteau chocolaté sans œuf et sans lait	Croustade aux fraises ●	Galette à la mélasse et au yogourt
	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers et/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	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 27 août, 24 septembre, 22 octobre et 26 novembre; les 7 janvier, 4 février, 11 mars, 8 avril, 6 mai et 3 juin 2019.				





MENU DE LA SEMAINE

REPAS COMPLET

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe, potage, jus de tomate ou de légumes offert chaque jour.				
PLAT DU CHEF	Pépites de poisson au four en chapelure panko	Lanières de porc, sauce barbecue de la Louisiane	Farfalles, sauce à la viande	Bœuf barbecue	Omelette au fromage ●
LÉGUME ou SALADE	Jardinière de légumes	Haricots verts entiers	Brocoli et chou-fleur	Salade de carottes	Salade croquante
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	Riz brun pilaf ●	Riz basmati	-	Purée de pommes de terre	Pommes de terre en dés maison
DESSERT DU JOUR	Pain aux bananes ●	Biscuit à l'avoine ●	Gâteau pouding chocolat et cannelle	Pouding au choix	Biscuit choco-cacao ●
	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers et/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	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				

DATE	Menu offert les semaines débutant les : 3 septembre, 1 ^{er} et 29 octobre, 3 décembre 2018; les 14 janvier, 11 février, 18 mars, 15 avril, 13 mai et 10 juin 2019.
-------------	---





MENU DE LA SEMAINE

REPAS COMPLET

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe, potage, jus de tomate ou de légumes offert chaque jour.				
PLAT DU CHEF	LUNDI SANS VIANDE Tortellinis au fromage, sauce tomate ●	Roulé au poulet César ●	Gratin de thon	Spaghettis, sauce à la viande	Croque-monsieur au jambon
LÉGUME ou SALADE	Carottes persillées	Salade de concombre	Quartiers de tomates	Salade César	LE LÉGUME QUI ME TENTE
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	-	Pommes de terre assaisonnées	-	Croûtons à l'ail	Pommes de terre en quartiers
DESSERT DU JOUR	Compote de pommes et biscuit à thé	Sélection de fruits frais	Croustillant pommes et érable ●	Poudings variés	Carré au yogourt
	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers et/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	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 10 septembre, 8 octobre, 5 novembre et 10 décembre 2018; les 21 janvier, 18 février, 25 mars, 22 avril, 20 mai et 17 juin 2019.				



Produit céréalier
à grains entiers.



Poisson de pêche durable
certifié par MSC, Ocean Wise,
ou autre organisme reconnu.



Convient aux
lacto-ovo-végétariens.



MENU DE LA SEMAINE

REPAS COMPLET

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
SOUPE	Soupe, potage, jus de tomate ou de légumes offert chaque jour.					
PLAT DU CHEF	1	LUNDI SANS VIANDE Macaronis au fromage ●	Pizza au pepperoni de dinde	Pâté chinois	Lasagne au gratin	Poulet à la thaïe
LÉGUME ou SALADE	Salade du chef	Salade verte	Betteraves	Salade de chou	Fleurettes de brocoli	
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.					
ACCOMPAGNEMENT	-	-	-	-	Riz brun ●	
DESSERT DU JOUR	Galette aux brisures de chocolat ●	Carré aux dattes et à l'orange ●	Gâteau au fromage	Mousse au chocolat	Parfait aux petits fruits	
	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers et/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	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %					
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 17 septembre, 15 octobre, 19 novembre et 17 décembre 2018; les 28 janvier, 25 février, 1 ^{er} et 29 avril et 27 mai 2019.					



Produit céréalier à grains entiers.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.



MENU DE LA SEMAINE

REPAS COMPLET



Produit céréalier
à grains entiers.



Poisson de pêche durable
certifié par MSC, Ocean Wise,
ou autre organisme reconnu.



Convient aux
lacto-ovo-végétariens.