



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 Tortellinis au fromage, sauce rosée	Lasagne au gratin	Lanières de porc, sauce barbecue de la Louisiane	POURQUOI PAS? Pizza au pepperoni de dinde ●	Poulet sauce Tao
LÉGUME ou SALADE	-	-	Carottes glacées au miel	-	Mélange Soleil levant
	Salade du chef	Salade de brocoli, chou, pommes et radis	-	Salade César allegro	-
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
DESSERT	Coupe à la mangue	Biscuit à la mélasse et au yogourt ●	Gâteau-pouding au chocolat et cannelle	Salade de fruits frais	Muffin aux bananes
	Chaque jour, des choix de desserts sont inclus avec le repas complet : desserts à base de fruits, de lait ou de produits céréaliers (de préférence à grains entiers ●).				
BOISSON	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %.				
DATE :	Menu offert les semaines débutant les : 28 août, 25 septembre, 23 octobre, 20 novembre et 18 décembre 2017; les 29 janvier, 26 février, 2 avril, 30 avril et 28 mai 2018.				



Produit céréalier à grains entiers.



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	LUNDI SANS VIANDE Macaronis au fromage	Porc au miel et à l'ail	Boulettes de veau à l'italienne	Roulé César au poulet ●	Steak de Hambourg, sauce au fromage en grains
LÉGUME ou SALADE	-	Légumes à l'orientale	-	-	Maïs et poivrons deux couleurs
	Salade d'épinards et mandarines	-	Salade fattouche	Salade de concombres	-
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	-	Riz brun chinois ●	Linguines au basilic	Pommes de terre aux épices BBQ	Purée de pommes de terre
DESSERT	Fruits en coupe	Gâteau aux dattes et à l'orange ●	Barre NRJ ●	Biscuit aux bananes	Galette santé aux pépites de chocolat ●
	Chaque jour, des choix de desserts sont inclus avec le repas complet : desserts à base de fruits, de lait ou de produits céréaliers (de préférence à grains entiers ●).				
BOISSON	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %.				
DATE :	Menu offert les semaines débutant les : 4 septembre, 2 octobre, 30 octobre et 27 novembre 2017; les 8 janvier, 5 février, 12 mars, 9 avril, 7 mai et 4 juin 2018.				



Produit céréalier à grains entiers.

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	Pépites de poisson en chapelure japonaise Panko	Poulet miel et cari	Pennes à la saucisse de dinde	J'OSE! Pain de viande, façon "cheeseburger"	Pizza-pita au jambon
LÉGUME ou SALADE	-	Brocoli	-	-	-
	Salade méli-mélo	-	Salade de légumes croquants	Salade de chou	Salade verte
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	Orzo au citron	Couscous de blé entier ●	-	Purée de pommes de terre et carottes	-
DESSERT	Pouding au choix	Croustillant aux pommes et à l'érable ●	Gâteau au fromage léger sur croûte Graham	Sélection de fruits frais	Carré au yogourt ●
	Chaque jour, des choix de desserts sont inclus avec le repas complet : desserts à base de fruits, de lait ou de produits céréaliers (de préférence à grains entiers ●).				
BOISSON	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %.				
DATE :	Menu offert les semaines débutant les : 11 septembre, 9 octobre, 6 novembre et 4 décembre 2017; les 15 janvier, 12 février, 19 mars, 16 avril, 14 mai et 11 juin 2018.				



Produit céréalier
à grains entiers.

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	Gratin de thon	Spaghettis, sauce à la viande	Pâté chinois	Omelette au fromage	Mini boulettes de bœuf, sauce rosée
LÉGUME ou SALADE	-	-	Betteraves	-	Duo de haricots verts et jaunes
	Quartiers de tomates à l'italienne	Salade César	-	Salade NRJ	-
	Une variété de crudités de légumes frais et trempette est offerte tous les jours en accompagnement au mets principal.				
ACCOMPAGNEMENT	-	Croûtons à l'ail maison ●	-	Pommes de terre maison	Nouilles aux œufs
DESSERT	Carré au riz croustillant	Croustade aux fraises ●	Coupe de fruits frais	Biscuit choco-cacao ●	Gâteau aux carottes
	Chaque jour, des choix de desserts sont inclus avec le repas complet : desserts à base de fruits, de lait ou de produits céréaliers (de préférence à grains entiers ●).				
BOISSON	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %.				
DATE :	Menu offert les semaines débutant les : 18 septembre, 16 octobre, 13 novembre et 11 décembre 2017; les 22 janvier, 19 février, 26 mars, 23 avril, 21 mai et 18 juin 2018.				



Produit céréalier
à grains entiers.