



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

**VOTRE MENU DU JOUR INCLUT :** soupe ou petite salade verte + plat du jour accompagné de légumes et féculent + dessert ou fruit frais + jus ou lait 200ml.  
**ou :** un plat du jour (avec légumes et féculents) + un jus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>				
Poulet et orge	Crème de carottes au gingembre	Velouté tomate et basilic	Chaudrée de maïs	Crème de poireaux
<b>OMNIVORE</b>				
Saucisse merguez et couscous Royale	Filet de sole Piccata	Poulet au beurre	Pain de veau style Italien	Penne au saumon et l'aneth
<b>VÉGÉTARIEN</b>				
Quiche méditerranéenne	Ravioli sauce portobello	Moussaka végétarienne	Sauté de tofu et légumes asiatiques	Casserole mexicaine aux fèves
<b>PÂTES</b>				
Chaque jour: pâtes et sauce du chef				
<b>DESSERT</b>				
Mousse au chocolat	Gâteau aux bleuets	Pudding chia	Gâteau caramel	Croustade à la poire

\*Un verre de jus 6 oz.



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

**VOTRE MENU DU JOUR INCLUT :** soupe ou petite salade verte + plat du jour accompagné de légumes et féculent + dessert ou fruit frais + jus ou lait 200ml.  
**ou :** un plat du jour (avec légumes et féculents) + un jus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>				
Crème de brocolis	Soupe boeuf et orge	Soupe au chou	Soupe aux pois	Crème de légumes
<b>OMNIVORE</b>				
Poulet à la basquaise	Mignon de porc dijonnaise	Morue croustillante avec sauce tartare	Lasagne à la viande gratinée	Poulet chasseur
<b>VÉGÉTARIEN</b>				
Manicotti aux trois fromages	Tofu Tao	Pâté chinois végétarien	Mijoté aux légumineuses	Riz frit aux légumes avec rouleau impérial
<b>PÂTES</b>				
Chaque jour: pâtes et sauce du chef				
<b>DESSERT</b>				
Renversé à l'ananas	Tartelette au chocolat	Pudding chômeur	Gâteau yaourt citron et pavot	Bagatelle aux petits fruits

\*Un verre de jus 6 oz.



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

**VOTRE MENU DU JOUR INCLUT :** soupe ou petite salade verte + plat du jour accompagné de légumes et féculent + dessert ou fruit frais + jus ou lait 200ml.  
**ou :** un plat du jour (avec légumes et féculents) + un jus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>				
Soupe poulet et riz	Minestrone	Crème de courge musquée	Potage parmentier	Soupe aux lentilles et cari
<b>OMNIVORE</b>				
Feuilleté de saumon	Poulet à l'orange	Boulette de boeuf à la suédoise	Casserole de saucisses italien et poivrons	Sauté de porc à la thaïlandaise
<b>VÉGÉTARIEN</b>				
Frittata aux poivrons rôtis et épinards	Tortellini sauce rosée	Cari végétarien avec pois chiches	Portobello farcis aux légumes gratinés	Tofu tikka masala
<b>PÂTES</b>				
Chaque jour: pâtes et sauce du chef				
<b>DESSERT</b>				
Gâteau au chocolat	Carré aux dattes	"Crumble" aux pêches	Pudding à la vanille et petits fruits	Gâteau au caramel

\*Un verre de jus 6 oz.



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

**VOTRE MENU DU JOUR INCLUT :** soupe ou petite salade verte + plat du jour accompagné de légumes et féculent + dessert ou fruit frais + jus ou lait 200ml.  
**ou :** un plat du jour (avec légumes et féculents) + un jus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>				
Crème de chou-fleur aux pommes	Soupe tomate et riz	Potage de carottes au gingembre	Soupe poulet et nouilles	Crème de céleri
<b>OMNIVORE</b>				
Pain de viande à la dinde	Sloppy Joe de boeuf	Fajitas de poulet	Pâtes aux crevettes et légumes crémeux	Sauté de boeuf et brocolis
<b>VÉGÉTARIEN</b>				
Macaroni aux trois fromages	Chili végétarien	Falafel avec sauce tzatziki	Paëlla aux légumes	Casserole d'enchiladas aux légumes rôties
<b>PÂTES</b>				
Chaque jour: pâtes et sauce du chef				
<b>DESSERT</b>				
Parfait chia	Croustade aux pommes	Tartelette au citron	Bagatelle au chocolat	Barre aux noix de coco moelleux

\*Un verre de jus 6 oz.



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

**VOTRE MENU DU JOUR INCLUT :** soupe ou petite salade verte + plat du jour accompagné de légumes et féculent + dessert ou fruit frais + jus ou lait 200ml.  
**ou :** un plat du jour (avec légumes et féculents) + un jus

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>				
Crème de betteraves	Soupe boeuf et nouilles	Crème de patate douce	Bisque de tomate et poivron rôties	Potage au tomates et légumes
<b>OMNIVORE</b>				
Sauté de boeuf asiatique	Pain de viande de veau sauce lyonnaise	Feuilleté de poulet et champignons	Cake de poisson à l'aneth	Spaghetti bolognaise
<b>VÉGÉTARIEN</b>				
Cassoulet aux lentilles	Ragoût de quinoa mexicaine	Galette de zucchini et menthe, sauce yaourt	Frittata du chef	Sauté de tofu et légumes aux sésames
<b>PÂTES</b>				
Chaque jour: pâtes et sauce du chef				
<b>DESSERT</b>				
Renversé aux petits fruits	Gâteau marbré	Pudding noix de coco et lime	Gâteau aux fruits	Pain banane et chocolat

\*Un verre de jus 6 oz.