



MENU DU JOUR

Option à base de plante

Semaine débutant	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Semaine 1	Poulet et nouilles	Crème de choux fleurs	Boeuf et légumes	Crème de tomates	Potage de légumes
	Quiche aux oignons caramélisés	Simosas	Saumon, sauce aux herbes	Assiette chinois	Poulet aux canneberges
	Saucisses porc et boeuf	Bol poulet souvlakis	Bar à pâtes	Bar à sous marin/salade	Pizza
	Pdt pilées et brocolis	Pdt et salade du chef	Riz aux herbes et fèves vertes	Rouleaux impériaux	Salade ou pdt rôtis
	Galette de brownies	Pouding au caramel	Carré aux framboises	Cupcakes aux courgettes	Sorbet ou salade de fruits
Semaine 2	Minestrone	Potage aux courgettes	Poulet et légumes	Potage aux carottes	Légumes du jardin
	Croque caprese	Burger poulet, champignons et fromage	Fish & chips	Chili en tulipe	Poulet au beurre
	Ragout Nigerean	Bol buddha protéiné	Bar à pâtes	Bar à sous marin/salade	Pizza
	Riz Jollof	Pdt et salade du chef	Salade de chou	Salade mexicaine au maïs	Salade ou pdt rôtis
	Biscuits au matcha	Jello au fruits maison	Croustade aux petits fruits	Tarte aux citrons	Sorbet ou salade de fruits
Semaine 3	Boeuf et orge	Potage de brocolis	Tomates et légumes	Velouté de patates douces	Potage de légumes
	Coucous marocaine	Timbales au poulet	Pâté chinois	Gigo Micmac	Brochette de poulet brésilienne
	Hamburger au fromage	Bol bibimbap	Bar à pâtes	Bar à sous marin/salade	Pizza
	Pommes de terre rôtis	Salade du chef	Bettraves	Riz à l'ail et crudités	Salade ou pdt rôtis
	Fondu aux fruits	Pain aux bananes	Tarte aux bleuets	Moëlleux à l'érable	Sorbet ou salade de fruits
Semaine 4	Poulet et riz sauvage	Crème de céleri	Boeuf et orzo	Courge et poires	Cultivateur
	Wraps poulet et bacon	Pain de viande	Tacos	Soupe tonkinoise	Hamburger steak
	Curry Malaysian	Bol du pêcheur	Bar à pâtes	Bar à sous marin/salade	Pizza
	Riz basmati et salade verte	Orzo et pois verts	Salsa et guacamole	Rouleau printanier	Salade ou pdt rôtis
	Carré au riz soufflé	Mousse au chocolat	Crêpes, sauce au caramel	Carré aux dattes	Sorbet ou salade de fruits
Semaine 5	Tomates et nouilles	Rutabagas et carottes	Vietnamienne	Crème de poireaux	Potage de légumes
	Poisson à la milanaise	Petits pains farcies PVT	Croquettes de poulet maison	Boulettes suédoises	Poulet Inasal (philippines)
	Casserole mexicaine	Bol du draveur Roti de porc et légumes	Bar à pâtes	Bar à sous marin/salade	Pizza
	Riz pilaf et salade italienne	Pdt et légumes rôtis	Salade césar et pdt	Nouilles aux oeufs et carottes glacées	Salade ou pdt rôtis
	Parfait au yogourt	Gâteau aux pommes et cannelle	Tarte aux fraises	Carré aux citrons	Sorbet ou salade de fruits

8.50\$ POUR LE REPAS COMPLET / EAU, JUS, LAIT OU CAFÉ INCLUS