

Menu semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Déjeuner	Crêpes et choix de sirop	Oeufs et pommes de terre déjeuner maison	Pain doré	Grilled cheese	Oeufs et pommes de terre déjeuner maison	Crêpes et sirop d'érable	Omelette aux légumes
Dîner	Tortellini à la viande <u>Végétarien:</u> Tortellini au fromage	Filet de sol panné, riz et légumes <u>Végétarien:</u> Riz frit au tofu et légumes	Cuisse de poulet BBQ <u>Végétarien:</u> Croquettes végé Frites et salade de chou	Quiche aux légumes	Pain de viande <u>Végétarien:</u> Pain de viande végé Purée de pommes de terre et légumes	Croque-Monsieur <u>Végétarien:</u> Croque-Monsieur végé	Chili con carne <u>Végétarien:</u> Chili végé
Souper	Poulet chasseur et patates douces <u>Végétarien:</u> Chop suey végé	Boulettes suédoises <u>Végétarien:</u> Boulettes végé Nouilles aux oeufs	Lasagne à la viande <u>Végétarien:</u> Lasagne végé Salade César	Côtelette de porc sauce aux champignons <u>Végétarien:</u> Sauté de tofu aux champignons Pommes de terre à la grecque et légumes	Aigle-fin sauce vierge, riz et légumes <u>Végétarien:</u> Coquillette brocolis et choux-fleur	Boeuf Stroganoff, purée de pommes de terre et légumes <u>Végétarien:</u> Curry de patates douces	Poulet à l'orange <u>Végétarien:</u> Tofu glacé à l'érable Quinoa et légumes

Menu semaine 2



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Déjeuner	Pain doré aux fruits des champs	Wrap déjeuner aux légumes	Crêpes au caramel	Oeufs brouillés, bacon et pommes de terre déjeuner maison	Pain doré au chocolat	Grilled cheese	Oeufs soufflés Florentine, sauce aux épinards
Dîner	Eggrolls aux légumes et riz frit aux légumes	Burger de poulet <u>Végétarien:</u> Burger végé Pommes de terre gaufrette et salade de chou	Pâté au saumon, sauce aux oeufs <u>Végétarien:</u> Quiche végé Purée de pommes de terre	Macaroni au fromage	Hot-dog géant <u>Végétarien:</u> Hot-dogs végé Frites maison	Pangasius sauce citron et quinoa <u>Végétarien:</u> Couscous aux légumes et pois-chiches	Pâté chinois <u>Végétarien:</u> Paté végé
Souper	Hamburger steak <u>Végétarien:</u> Hamburger steak végé Purée de pommes de terre et légumes	Cannelloni à la viande <u>Végétarien:</u> Cannelloni au fromage Salade César	Fajitas aux poulet <u>Végétarien:</u> Fajitas aux légumes Riz	Longe de porc, sauce aux pommes <u>Végétarien:</u> Cigare au chou végé Quinoa aux légumes	Boeuf aux légumes <u>Végétarien:</u> Casserole de légumes Patates douces	Brochette de poulet à la grecque <u>Végétarien:</u> Brochette de légumes Riz	Fettuccine Carbonara <u>Végétarien:</u> Fettuccine Alfredo

Menu semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Déjeuner	Crêpes et sirop d'érable	Omelette espagnole	Pain doré	Oeufs brouillés, saucisses et pommes de terre déjeuner maison	Crêpes aux fruits	Croissants, muffins et chocolatines	Gauffres aux fruits
Dîner	Penne Primavera	Boulettes thaï <u>Végétarien:</u> Boulettes végé Riz	Panini jambon et fromage suisse <u>Végétarien:</u> Panini végé Frites de patates douces	Brochette italienne <u>Végétarien:</u> Brochette de légumes Quinoa	Wrap poulet César <u>Végétarien:</u> Wrap aux légumes et fromage	Batônnets de poisson <u>Végétarien:</u> Croquettes végé Riz aux légumes	Spaghetti Meatballs <u>Végétarien:</u> Spaghetti végé
Souper	Mijoté de porc aigre-doux et pommes de terre à la grecque <u>Végétarien:</u> Parmentier aux lentilles et champignons	Longe de saumon sauce à l'aneth <u>Végétarien:</u> Gratin aux légumes Quinoa aux légumes	Poulet à l'estragon, patates douces et légumes <u>Végétarien:</u> Chop suey végé	Boeuf braisé aux légumes et nouilles <u>Végétarien:</u> Pâtes au pesto	Macaroni chinois et eggrolls aux légumes	Pizza végé et frites maison	Hamburger steak <u>Végétarien:</u> Hamburger steak végé Purée de pommes de terre et légumes

Tous nos **déjeuners** sont servis avec :

- choix de fruits;
- yogourt ou fromage;
- choix de céréales;
- pain blanc et pain brun;
- choix de confitures;
- jus d'orange, thé, café.

Tous nos **diners** et **soupers** sont servis avec :

- bar à salades composé de crudités, salade verte et salade(s) du jour;
- dessert
- jus de fruits, thé, café.