

REPAS COMPLET

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe aux légumes	Soupe au poulet et riz brun ●	Crème de courge	Soupe aux tomates et nouilles	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1	Poulet, sauce Tao	Pizza carnivore sur pita (3 viandes)	Lasagne, sauce à la viande	Lanières de porc, sauce aigre-douce
	2	LUNDI SANS VIANDE Tortellinis au fromage, sauce rosée	Ragoût de boulettes de veau	Pain de dindon aux légumes ●	Burger de poisson croustillant en chapelure panko ●●
CHOIX VÉGÉ	3		Pizza-pita végétarienne	Lasagne, sauce végétarienne	Lanières végé style poulet, sauce aigre-douce
LÉGUME OU SALADE	Mélange Soleil levant	Carottes persillées	LE LÉGUME INSPIRÉ	Haricots verts entiers	Mélange Romanesco
ACCOMPAGNEMENT	Riz brun pilaf ● (plat du chef 1)	Nouilles aux œufs (plat du chef 2)	Couscous de blé entier au parfum d'orange ● (plat du chef 2)	Pommes de terre aux fines herbes	Riz basmati (plat du chef 2)
DESSERT	Un assortiment de desserts est offert chaque jour.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 31 août, 5 octobre et 14 décembre 2020; les 1 ^{er} février, 15 mars, 19 avril et 24 mai 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe minestrone aux haricots	Soupe au poulet, légumes et orge ●	Soupe aux légumes	Crème de brocoli	Soupe aux tomates, légumes et nouilles
PLAT DU CHEF	1	Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Porc au miel et à l'ail	Filet de poisson mariné en croûte de bretzels ●	Spaghettis, sauce à la viande	Pains farcis à la viande ●
	2	LUNDI SANS VIANDE Pennes, sauce au pesto et tomates, garniture de feta	Saucisses de dinde et ketchup aux fruits	Poulet cacciatore	Escalope de dinde à la grecque et tzatziki	Poulet miel et moutarde
CHOIX VÉGÉ	3		Tofu, sauce miel et ail	Lanières végé style poulet, sauce cacciatore	Spaghettis, sauce végétarienne	Petits pains farcis, garniture végétarienne ●
LÉGUME OU SALADE		Mélange de légumes Montégo	Fleurettes de brocoli	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange jardinière (haricots et carottes)	Carottes persillées
ACCOMPAGNEMENT		Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Nouilles cantonaises (plats du chef 1 et 3) Quartiers de pommes de terre (plat du chef 2)	Mélange multigrain ●	Quinoa et couscous comme un taboulé ● (plat du chef 2)	Pommes de terre aux épices
DESSERT		Un assortiment de desserts est offert chaque jour.				
BOISSON		Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 7 septembre, 12 octobre et 16 novembre 2020; les 4 janvier, 8 février, 22 mars, 26 avril et 31 mai 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet et nouilles	Potage aux carottes et gingembre	Soupe aux tomates, légumes et riz multigrain ●	Crème de poulet	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1	Boulettes de veau à la suédoise	Pâté au saumon, sauce aux œufs	Vol-au-vent au poulet	Macaronis à la viande	Poulet barbecue
	2	LUNDI SANS VIANDE	Pizza-pita au pepperoni de dinde	Tacos au bœuf en bol de tortilla	Roulade de dindon, mayo aux épinards	Sauté Shanghai, porc et brocoli servi sur nouilles cantonaises
CHOIX VÉGÉ	3	Tofu, sauce Tao	Pizza-pita végétarienne	Tacos végétariens en bol de tortilla	Macaronis, sauce végétarienne	Sauté Shanghai végétarien servi sur nouilles cantonaises
LÉGUME OU SALADE		Duo de haricots verts et jaunes coupés	Mélange Soleil levant	Macédoine cinq légumes	Fleurettes de brocoli	LE LÉGUME QUI ME TENTE
ACCOMPAGNEMENT		Riz basmati	-	Pommes de terre maison	Riz brun pilaf ● (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre et carottes (plat du chef 1)
DESSERT		Un assortiment de desserts est offert chaque jour.				
BOISSON		Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 14 septembre, 19 octobre et 23 novembre 2020; les 11 janvier, 15 février, 29 mars, 3 mai et 7 juin 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Potage parmentier au bacon	Soupe aux légumes et quinoa ●	Crème de brocoli	Soupe au poulet et riz brun ●	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1 Sandwich chaud au poulet ●	Jambon à l'érable	Pâté chinois	Escalope de porc, sauce au poivre	Boulettes de dinde, sauce miel et sriracha
	2	Fusillis trois couleurs, sauce rosée au poulet	Poisson <i>italiano</i> ●	Spaghettis, sauce à la viande	Pizza au pastrami
CHOIX VÉGÉ	3 LUNDI SANS VIANDE Lasagne aux légumes	Fusillis trois couleurs, sauce rosée aux lanières végétal style poulet	Pâté chinois végétarien	Spaghettis, sauce végétarienne	Pizza végétarienne
LÉGUME OU SALADE	Mélange californien	Carottes persillées	Mélange jardinière (haricots et carottes)	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange romanesco
ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre aux épices Tex-Mex (plat du chef 1)	Quartiers de pommes de terre et patates douces (plat du chef 1)	Riz multigrain pilaf ● (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Couscous de blé entier aux légumes ● (plat du chef 1)
DESSERT	Un assortiment de desserts est offert chaque jour.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 21 septembre, 26 octobre et 30 novembre 2020; les 18 janvier, 22 février, 5 avril, 10 mai et 14 juin 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe aux légumes et riz multigrain ●	Crème de tomate	Crème de céleri	Soupe au poulet et nouilles	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1 Hamburger	Porc, sauce hoisin	Farfalles, sauce à la viande	Galettes de crevettes, sauce thaïe	Pennes à la saucisse de dinde
	2 LUNDI SANS VIANDE Macaronis au fromage	Pâté mexicain à la dinde	Poulet piri-iri (à la portugaise)	Assiette libanaise avec poulet shawarma	Souvlaki de porc aux épices marocaines
	3 CHOIX VÉGÉ	Pâté mexicain végé	Farfalles, sauce végétarienne	Assiette libanaise avec falafels	Pennes, sauce végétarienne
LÉGUME OU SALADE	Mélange jardinière (haricots et carottes)	Fleurettes de brocoli	Macédoine cinq légumes	Haricots verts	LE LÉGUME D'AUJOURD'HUI
ACCOMPAGNEMENT	Quartiers de pommes de terre assaisonnés (plat du chef 1)	Riz basmati	Pommes de terre aux fines herbes (plat du chef 2)	Couscous de blé entier aux légumes ●	Riz brun vapeur ● (plat du chef 2)
DESSERT	Un assortiment de desserts est offert chaque jour.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 28 septembre, 2 novembre et 7 décembre 2020; les 25 janvier, 8 mars, 12 avril, 17 mai et 21 juin 2021.				