

Menu 2019-2020

♥ contient du blé					
* contient du tofu					
★ contient légumineuses					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Fou des lundis	Mes papilles voyagent	Les incontournables	Pâtes et sauce	Vendredi yahou!
	Repas froids				
Choix #1	♥ Wrap au poulet grillé crudités et trempette *	♥ 1. Sandwich au jambon crudités et trempette *	♥ 1. Salade de pâtes garnie jambon , oeuf (1) et fromage	♥ 1. Wrap au thon ou à la salade aux oeufs, crudités	♥ 1. Panini jambon/fromage crudités et trempette *
Choix #2	Sandwich ciabatta au poulet effiloché offert tous les jours				
Choix #3	♥ Salade César au poulet offerte tous les jours				
Soupe du jour	Tomate, légumes et pâtes	★ Soupe thématique	★ Soupe grand-mère	Potage de légumes	Poulet et nouilles
2019	2020	Repas chauds			
26-août	06-janv	Filet sole à l'italienne	Mes papilles orientales	★ Pâté chinois	♥ Fusilli , sauce à la viande *
07-oct	17-févr	gratiné	Sauté de poulet et légumes	Bettraves marinées	Salade César
18-nov	06-avr	Fettucine à l'ail, légumes italiens	sauce Général Tao		♥ Croquettes de poulet (5)
	18-mai		♥ Riz ou bol croustillant de blé		multigrains et sauce au choix
					Salade de pâtes, crudités
02-sept	13-janv	♥ Pépites de poisson pop corn	Mes papilles au Liban	Galettes sautillantes	Lasagne *
14-oct	24-févr	★ (maison), sauce tartare	Poulet shish taouk	Galettes de boeuf (2), sauce brune	Salade jardinière
25-nov	13-avr	Riz aux légumes	♥ Couscous aux légumes	Purée de pommes de terre	Burger de bœuf et fromage
	25-mai	Macédoine	Légumes soleil levant	Brocolis et carottes	Chiffonade de chou
					Crudités et trempette *
09-sept	20-janv	Un air d'Italie	Mes papilles en Suède	Traditionnel	♥ Spaghetti , sauce à la viande *
21-oct	09-mars	🍅 Tortellini au fromage	Boulettes suédoise (porc et bœuf)	Poitrine de poulet BBQ	Salade italienne
02-déc	20-avr	sauce rosée *	♥ Riz multigrains	Purée de pommes de terre	★ Pizza bonhomme sourire
	01-juin	Légumes italiens	Légumes racine	Pois et carottes	sauce marinara et fromage
					Crudités et trempette à l'hummus
16-sept	27-janv	♥ Crêpes au dîner	Mes papilles en mer	★ Pâté chinois	♥ Fusilli , sauce à la viande *
28-oct	16-mars	Crêpes (2), sirop et fromage	🎵 La mélodie en «Sole»	Bettraves marinées	Salade César
09-déc	27-avr	Salade de quinoa	Filet de sole		Burger poulet grillé et fromage
	08-juin	Fruits	Riz et légumes du chef		Crudités en rondelles
					Trempette rosée *
23-sept	03-févr	Bateau pirate	Mes papilles en Inde	La cabane à sucre	Lasagne *
04-nov	23-mars	★ Boulettes sauce pirate	Poulet au beurre	Jambon à l'érable	Salade jardinière
16-déc	04-mai	♥ Bateau en pain pita	★ Riz curcuma et masala	Pommes de terre au four	Nachos tout garnis ♥
	15-juin	Marée de légumes	Légumes saveurs de l'Inde	Haricots verts et carottes	(veau et boeuf, haricots rouges salsa et fromage)
					Bâtonnets de légumes
30-sept	10-févr	Pain de viande volcano (bœuf)	Mes papilles d'ici	★ Les tacos (2) ♥	♥ Spaghetti , sauce à la viande *
11-nov	30-mars	★ fromage et coulis de tomate	Bonhomme saucisses de poulet (3)	(veau, haricots rouges et fromage), salsa, salade verte	Salade italienne
	11-mai	Riz assaisonné	Purée de pommes de terre		Pizza bonhomme «Emoji »
		Maïs	Macédoine		sauce marinara et fromage
					Crudités et trempette de houmous



Bon appétit

