

	Lundi sans viande	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
REPAS FROID	Salade César au poulet et fromage avec petit pain	Sous-Marin au jambon et au fromage tex-mex Crudités et trempette	Wrap au poulet ou jambon Couscous aux légumes	Bof poké édamames, tofu sauté et étalage de crudités	Assiette mini buffet Sandwich au choix du chef (2 sortes) Salade de pâtes Crudités et trempette
REPAS CHAUD					
Semaine 1	Fritata aux œufs Fallafel (pois chiches) Salade d'épinards ou crudités et trempette	*Marinade huile de sésame* Veau Belles-sœurs Lanières et saucisses Riz et brocolis	Croquettes de poisson et mayonnaise à l'avocat PDT rissolées Salade verte Tartare au poisson Mayonnaise à la crème Salades de légumes Céleri-raves	Wrap au poulet chaud grillé Tomates, laitue et fromage Salade César	Spaghetti à la viande Salade italienne
27 septembre					
Semaine 2	Sauté tofu Général Tao sur vermicelle de riz Brocolis	Jambon à l'érable Purée aux deux patates Légumes de saison		Pâtes du chef Sauce aux légumes et PVT Concombres et poivrons	Galette de bœuf et sauce Pommes de terre grecques Fèves et carottes
4 octobre					
Semaine 3	BOLEBURRIGES Riz, PVT, haricots Légumes, pois et saïsa, fromage cheesecake Pâtisseries	Burger au poulet Sauce tzatziki Salade verte	Pâté chinois au bœuf Pomme de terre purée Légumes du chef	Boulettes à la sauce barbecue maison Riz au poulet Légumes sautés	Pizza aux deux fromages Crudités et trempette de yogourt grec
11 octobre					
Semaine 4	Poisson croustillant Riz chinois Légumes sautés	Pain farci au porc effiloché barbecue Salade de chou crémeuse	Brunch fruité Crêpe avec fruits et yogourt grec à l'Érable Pointe de fromage et mini muffin Pizza fruitée Visage de fruits sur pain chaud grillé (coulis de fruits et tofu) et fromage Salade de fruits et de trempette de yogourt grec	Croquettes de poulet Couscous aux légumes Macédoine	Pizza à l'italienne Salade César
18 octobre					
Semaine 5	Linguine Sauce rosée soyeuse (tofu) Jardinière de légumes	Burger de bœuf avec fromage (au choix) Légumes croquants	Croustillant fruits du moment et quinoa OU Dessert aux dattes	Lasagne sauce à la viande Petit pain à l'ail	
25 octobre					
DESSERT	Mousse aux petits fruits au yogourt ou pouding	Dessert du chef aux bananes	Coupe de gelée multicolore avec fruits ou lait glacé	Framboises à l'honneur	

A DÉCOUPER

Avant le 27 septembre /+ pour repas pris du 27 sept au 8 oct

NOM: _____ GROUPE: _____

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
SEMAINE 1	27 sept.	28 sept.	29 sept.	30 sept.	1 oct.
SEMAINE 2	4 oct.	5 oct.	6 oct.	7 oct.	8 oct.
SEMAINE 3	11 oct.	12 oct.	13 oct.	14 oct.	15 oct.
SEMAINE 4	18 oct.	19 oct.	20 oct.	21 oct.	22 oct.
SEMAINE 5	25 oct.	26 oct.	27 oct.	28 oct.	29 oct.

COCHEZ X = REPAS CHAUD / COCHEZ ✓ = REPAS FROID

Autres (soupe (1,50\$), sandwich(3,50 \$) ou petite salade César sans poulet (2,50\$) et inscrire DATE(S) :

NOUVEAU: Aucune salade César avec poulet sauf le lundi (REPAS FROID)

UN FORMULAIRE PAR ENFANT / Un chèque par famille accepté

Nombre de repas : _____ \$ 6,75 \$ 3 items 7,25 \$ 4 items

Montant remis : _____ \$

CHÈQUE COMPTANT Virement Interac, me contacter svp

MINIMUM 10 REPAS (67,50\$)

Nom du parent : _____ Tél. : _____

Chèque fait au nom de Cuisine les Belles-Sœurs. Si postdaté, le mentionner ici : _____

Inscrire le nom de ou des enfant(s) sur le chèque. Mettre ce coupon et le mode de paiement dans un sac style "ziploc" identifié CAFÉTÉRIA.

Nous sollicitons votre collaboration sur les points suivants :

En cas d'absence, aucun repas ne sera remboursé ou reporté sauf si vous nous appelez le matin ou textez à ce numéro : 514 967-3908 AVANT 9 H.

Il nous est possible de vous dépanner si vous appelez la veille ou le matin AVANT 9 H.

Prendre note qu'aucun autre dépannage ne sera possible si le solde du premier n'est pas acquitté.

Pour toutes questions, il nous fera plaisir de vous aider à ces numéros : 514 967-3908(M) ou 514--912-3810(G) cuisinebellesoeurs@gmail.com

Advenant que votre enfant prenne un repas et que vous envoyez la feuille dans un délai de 3-4 jours, svp m'envoyer une photo et aussi la feuille papier. Merci