



	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi											
REPAS FROID DU JOUR	Bagel fromage à la crème♥ 1 œuf dur Crudités et trempette		Houmous♥ Tartinade de houmous, Pointes de pita grillées, fromage, crudités et trempette		Salade César Poulet, fromage râpé et croûtons Petit pain♥		Salade César Poulet, fromage râpé et croûtons Pointes de pita grillées♥		Tortillas au poulet Garni de salade Salade de pâtes du chef avec légumes											
Tous les jours sur le site web	1) Sandwich au choix, (œuf, poulet, thon ou fromage) Crudités et trempette 2) Bento japonais 3) Ciabatta à la dinde, Crudités et trempette																			
REPAS CHAUD	DU JOUR #1		CHOIX #2	DU JOUR #1	CHOIX #2	DU JOUR #1	CHOIX #2	DU JOUR #1	CHOIX #2	DU JOUR #1	CHOIX #2									
Semaine 1	Jambon à l'érable Pommes de terre en purée Légumes de saison		Pâté Chinois Betteraves	Tortellini au fromage Sauce rosée Salade de concombres		Souvlaki au poulet Pointe pita grillé♥ Sauce tzatziki Salade grecque		Tortellini Sauce rosée Rondelles de concombres		Spaghetti à la viande Bœuf Petit pain à l'ail♥ Batônnetts de carottes		Boulettes à la canadienne au bœuf Accompagnement du chef Carottes		Croquettes de poulet Multigrains Riz au poulet Macédoine		Sous-marin chaud au bœuf, fromage et laitue Salade César				
25 août																		26 janv.		
29 sept.																		9 mars		
3 nov.																		13 avril		
8 déc.																		18 mai		
Semaine 2	Poisson croustillant (♥ chapelure) Sauce tartare Accompagnement du chef Brocolis vapeur		Pâté Chinois Betteraves	Poulet en sauce Sauce blanche maison Riz pilaf Légumes californiens		Macaroni au fromage Salade verte aux légumes		Lasagne Sauce à la viande Petit pain à l'ail♥ Rondelles de concombres		Spaghetti à la viande Crudités		Brunch fruité 2 Crêpes avec salade de fruits, yogourt et fromage ♥ mini muffin au son ou avoine		Boulettes à la canadienne au bœuf Accompagnement du chef Carottes		♥Pita plat au poulet gratiné Poulet, fromage, tomates cerises et sauce maison Iceberg en folie		Sous-marin chaud au bœuf, fromage et laitue Salade César		
1er sept.																				2 févr.
6 oct.																				16 mars
10 nov.																				20 avril
15 déc.																				25 mai
Semaine 3	Muffin anglais Œuf, fromage au choix et mayonnaise Pommes de terre grecques Salade maison		Pâté Chinois Betteraves	Pain au bœuf et tomates Riz Jardinière de légumes		Macaroni au fromage Salade verte aux légumes		Galette de bœuf Sauce brune Pommes de terre en purée Petit pois		Spaghetti à la viande Crudités		Soupe repas ramen Juliennes de légumes, Œuf		Boulettes à la canadienne au bœuf Accompagnement du chef Carottes		Burger de poulet (Mayonnaise, laitue, tomates) Salade de pâtes et Légumes au pesto léger		Sous-marin chaud au bœuf, fromage et laitue Salade César		
8 sept.																				9 févr.
13 oct.																				23 mars
17 nov.																				27 avril
5 janv.																				1er juin
Semaine 4	Boulettes de porc Général Tao Vermicelles de riz Fèves et carottes		Pâté Chinois Betteraves	Calzone aux tomates Salade d'orzo Crudités et trempette		Macaroni au fromage Salade verte aux légumes		Poulet Belles-Sœurs Petit pain naan chaud Riz jasmin Carottes glacées		Spaghetti à la viande Crudités		Fusilli sauce à la viande Salade César		Boulettes à la canadienne au bœuf Accompagnement du chef Carottes		Pizza 3 fromages Laitue du chef accompagnée de légumes		Sous-marin chaud au bœuf, fromage et laitue Salade César		
15 sept.																				16 févr.
20 oct.																				30 mars
24 nov.																				4 mai
12 janv.																				8 juin
Semaine 5	Poisson à la dijonnaise Trempette maison Couscous aux légumes Légumes grillés		Tortillas au poulet chaud Crudités Trempette	Riz chinois au poulet Salade de carottes à l'orientale		Macaroni au fromage Salade verte aux légumes		Boulettes à la canadienne Sauce ragoût Pommes de terre en purée Légumes californiens		Spaghetti à la viande Crudités		Pâté chinois Lentilles Betteraves marinées		Lasagne sauce à la viande Salade de légumes		Brunch Costaud 🍷 1 crêpe protéiné 1 gros muffin salé Roulé de viande de poulet Légumes au miel		Sous-marin chaud au bœuf, fromage et laitue Salade César		
22 sept.																				23 fév.
27 oct.																				6 avril
1er déc.																				11 mai
19 janv.																				15 juin
DESSERTS DU JOUR Assiette de fruits frais disponible à tous les jours	Pouding en coupe		Parfait aux fruits (Yogourt, graham et fruits)		Biscuit à la mélasse		Pain aux bananes		Biscuit aux framboises											

Repas complet :	
2 ARTICLES	8,00 \$
Plat principal chaud ou froid Et 1 article parmi les suivants : boisson ou dessert	
3 ARTICLES	8,50 \$
Plat principal chaud ou froid Et 2 articles parmi les suivants : boisson ou dessert)	
Plat principal :	
• Chaud ou froid	7,25 \$

COMMANDES EN LIGNE

<https://cuisinelesbellesoeurs.com>

Possibilité de commander 5 semaines à l'avance.

Commande EN LIGNE avant 8H00 le matin.

En cas d'absence : ANNULATION EN LIGNE AVANT 8H00 DANS LE TABLEAU DE BORD

AUCUNE COMMANDE APRÈS 8H00 NE SERA ACCEPTÉE.

♥ aliments de blé entier ou à grains entiers

MISE À JOUR : 16 août 2025