

# MENU 2023 2024

## AU MENU TOUS LES JOURS

Fruits frais et yogourt  
Salades repas variées :  
césar, thaï, végété

Soupe-repas asiatique :  
poulet, bœuf, tofu

Boissons : lait, lait de soya,  
jus frais, jus de légumes,  
jus de tomates, boisson à  
l'avoine

Sandwiches : oeuf, jambon,  
poulet, bœuf braisé, bœuf  
fumé, dinde ou végétarien

Pâtes enrichies : sauces variées

Boîte à lunch – spécial du Chef  
Menu sans gluten sur demande

Nous nous efforçons de  
respecter ce menu à la lettre.  
Cependant, il peut arriver que,  
pour des raisons échappant à  
notre contrôle, nous y  
apportions quelques  
changements, sans préavis.  
Nous nous en excusons.

**BON APPÉTIT !**

*Le chef et son équipe*

		SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4
LUNDI	Soupe	Crème de carotte et gingembre	Poivron et riz	Potage Saint-Germain	Courge, miel et curry
	Repas #1	Casserole au bœuf et chou	Poulet panko et bacon	Burger au saumon	Bœuf nacho
	Repas #2	Choix du chef	Raviolis, sauce choix du chef	Choix du chef	Pâtes du jour
	Légumes	Macédoine	Brocolis	Fusion	Jardinière
	Féculent	Riz aux légumes	Patates rissolées	Patates en purée	Riz basmati
	Dessert	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
	Salade	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef
MARDI	Soupe	Tomates et orge	Haricots blancs	Crème de champignon	Crème du chou-fleur rôti
	Repas #1	Filet de saumon, sauce citronnée	Hamburger au fromage	Poulet du général Tao	Saucisses grillées, sauce au poivre
	Repas #2	Pâte du jour	Choix du chef	Cannellonis à la ricotta gratinés	Choix du chef
	Légumes	Brocolis en fleurettes	Carottes	Mélange du soleil levant	Haricots jaunes
	Féculent	Orge rôtie	Frites de patates douces	Patates bouillies aux herbes	Riz pilaf aux petits légumes
	Dessert	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
	Salade	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef
MERCREDI	Soupe	Minestrone	Crème de carotte et gingembre	Brocoli et cheddar	Soupe wonton
	Repas #1	Poulet au curry	Porc effiloché en sauce BBQ	Pizza et Mac'n'cheese	Riz frit et pépites de porc ail et miel
	Repas #2	Choix du chef	Pâtes du jour	Choix du chef	Lasagne
	Légumes	Mélange du soleil levant	Mélange de légumes californiens	Macédoine régulière	Sauté de légumes à l'orientale
	Féculent	Quartiers de pommes de terre	Mélange de grains anciens	Pâtes	Riz
	Dessert	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
	Salade	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef
JEUDI	Soupe	Consommé de poulet et chou	Velouté de poivron et tomate	Lentilles	Velouté de céleri et poireau
	Repas #1	Brochettes de poulet et porc rôti	Cuisse de poulet BBQ	Poulet au beurre	Pâté chinois
	Repas #2	Pâtes du jour	Choix du chef	Pâtes du jour	Choix du chef
	Légumes	Pois et carottes	Pois verts	Légumes méditerranéens	Choux de Bruxelles à l'ail
	Féculent	Quinoa rouge aux olives	Riz style mexicain	Couscous aux fruits séchés	Purée de patates douces
	Dessert	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
	Salade	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef
VENDREDI	Soupe	Bœuf et légumes	Potage aux légumes	Courge et curcuma	Poulet et nouilles
	Repas #1	Tourtière à la dinde	Tacos de bœuf	Pain à la viande	Fricassée de veau
	Repas #2	Choix du chef	Choix du chef	Choix du chef	Pâtes du jour
	Légumes	Haricots jaunes entiers	Mais à la mexicaine	Macédoine italienne	Courgettes et poivrons rouges
	Féculent	Riz étuvé aux lentilles	Riz brun	Pâtes	Riz sauvage
	Dessert	Dessert du jour	Spécial du chef	Dessert du jour	Dessert du jour
	Salade	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef	Salade du Chef