








# MENU DE LA SEMAINE






SEMAINE 1		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>		Soupe tomate et nouilles	Soupe aux légumes	Crème de brocoli	Soupe poulet et orge ●	Crème de légumes
<b>PLAT DU CHEF</b>	1	Fajita au poulet et ses garnitures ●	Lasagne au gratin	Lanières de porc, sauce barbecue de la Louisiane 	Le méga pain de viande	Macaronis chinois
	2	<b>LUNDI SANS VIANDE</b> Rigatonis primavera	Chili à la dinde dans un bol de tortilla	Filet de poisson, sauce à l'aneth ●	Pizza carnivore (3 viandes)	Poulet à l'indienne
<b>CHOIX VÉGÉ</b> 	3	-	Chili végétarien dans un bol de tortilla	Lanières végé style poulet, sauce barbecue de la Louisiane	Pizza végétarienne	Macaronis chinois végétariens
<b>LÉGUME ou SALADE</b>		Maïs en grains 	<b>LE LÉGUME INSPIRÉ</b>	Duo de haricots verts et jaunes coupés 	Carottes aux fines herbes 	Jardinière orientale
		Chiffonnade de laitue et tomates	Salade César allegro	Salade de chou, mandarines et poivrons rouges	Salade du chef	Salade verte
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>		Pommes de terre aux épices BBQ (plat du chef 1)	-	Riz brun pilaf ●	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Riz vapeur (plat du chef 2)
<b>DESSERT DU JOUR</b>		Muffin explosion de fruits ou mandarines	Gâteau aux carottes ou compote de pommes et pêches	Graham au caramel ● ou fruit frais	Carré aux dattes ● ou salade de fruits	Tarte aux bleuets ou orange
<b>BOISSON</b>		Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				

## À LA CARTE

<b>#SNDWCH</b> <small>Sandwicherie cré@tive</small>	Panini au jambon fumé et fromage suisse	Panini style pizza	Panini au bœuf	Panini au poulet César	Panini à la dinde et tomates séchées
--	---	--------------------	----------------	------------------------	--------------------------------------

**DATE** Menu offert les semaines débutant les : 6 août, 10 septembre, 15 octobre et 19 novembre 2018; les 7 janvier, 11 février, 18 mars, 22 avril et 27 mai 2019.









SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>		Soupe au poulet et riz brun ●	Crème de tomate	Potage du moment	Soupe au poulet et nouilles	Soupe aux légumes
<b>PLAT DU CHEF</b>	1	Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Porc au miel et à l'ail	Boulettes de veau à l'italienne	Escalope de dinde à la grecque	Parmentier de veau au gratin
	2	<b>LUNDI SANS VIANDE</b> Pennes, sauce végé	Sandwich chaud à la dinde	Filet de poisson en panure légère	Fusillis, sauce à la viande	Pains farcis au poulet, fromage et salsa
<b>CHOIX VÉGÉ</b> 	3	-	Burger végétarien	Boulettes végétariennes à l'italienne	Fusillis, sauce végétarienne	Parmentier végétarien au gratin
<b>LÉGUME ou SALADE</b>		Maïs et poivrons deux couleurs 	Fleurettes de brocoli	Mélange Jardinière (haricots et carottes) 	Pois verts 	Légumes du jour
		Salade fattouche	Salade de chou classique 	Salade César	Salade verte	Salade de légumes croquants
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>		Pommes de terre grelots (plat du chef 1)	Riz multigrain ● (plat du chef 1)	Linguines au basilic	Pommes de terre à la grecque (plat du chef 1)	Pommes de terre aux épices tex-mex (plat du chef 2)
<b>DESSERT DU JOUR</b>		Gâteau à la salade de fruits ou fruit frais	Pouding au caramel écossais ou mandarines	Carré à la vanille et chocolat ou fruit frais	Yogourt aux fruits ou orange	Barre aux bleuets ou salade de fruits
<b>BOISSON</b>		Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				

## À LA CARTE

<b>#SNDWCH</b> <small>Sandwicherie cré@tive</small>	Panini au poulet César	Panini au jambon fumé et fromage suisse	Panini végétarien ●	Panini au bœuf, poivrons et fromage	Panini à la dinde et bacon
--	------------------------	---	---------------------	-------------------------------------	----------------------------









**DATE** Menu offert les semaines débutant les: 13 août, 17 septembre, 22 octobre et 26 novembre 2018; les 14 janvier, 18 février, 25 mars, 29 avril et 3 juin 2019.

SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>		Soupe poulet, légumes et orge ●	Potage carottes et gingembre	Soupe poulet et nouilles	Potage du moment	Crème de légumes
<b>PLAT DU CHEF</b>	1	Saucisses, sauce créole	Pizza au jambon	Mini boulettes au bœuf, sauce rosée	Macaronis à la viande	Cuisse de poulet barbecue et sauce chaude
	2	<b>LUNDI SANS VIANDE</b> Tortellinis au fromage, sauce tomate et basilic	Poulet, sauce miel et cari	Filet de poisson, sauce tartare	Croquettes de dinde maison aux céréales, sauce au choix 	Fajita au porc ● 
<b>CHOIX VÉGÉ</b> 	3	-	Pizza végétarienne	Boulettes végétariennes, sauce rosée	Macaronis, sauce végétarienne	Fajita végétarien ●
<b>LÉGUME ou SALADE</b>		Duo de haricots verts et jaunes coupés 	Mélange Soleil levant 	Macédoine cinq légumes 	Fleurettes de brocoli	<b>LE LÉGUME QUI ME TENTE</b>
		Salade César	Salade de chou crémeuse	Chiffonnade de laitue et tomates	Salade du chef	Salade de légumes croquants
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>		Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Couscous de blé entier ● (plat du chef 2)	Linguines au basilic	Riz brun pilaf ● (plat du chef 2)	Pommes de terre assaisonnées
<b>DESSERT DU JOUR</b>		Muffin aux bananes ou pêches	Gâteau choco-betteraves ou orange	Tarte au pouding citronné ou fruit frais	Carré aux framboises ou salade de fruits	Pouding à la vanille ou mandarines
<b>BOISSON</b>	Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %					

## À LA CARTE

<b>#SNDWCH</b> Sandwicherie cré@tive	Panini végétarien ●	Panini au poulet César	Panini au pepperoni de dinde	Panini au jambon	Panini au bœuf et fromage
---	---------------------	------------------------	------------------------------	------------------	---------------------------

<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les : 20 août, 24 septembre, 29 octobre et 3 décembre 2018; les 21 janvier, 25 février, 1 <sup>er</sup> avril, 6 mai et 10 juin 2019.
-------------	---

SEMAINE 4		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>		Soupe asiatique	Soupe poulet et coquilles	Crème de carottes et orange	Soupe aux légumes	Crème de brocoli
<b>PLAT DU CHEF</b>	1	Poulet, sauce Tao	Empereur au porc barbecue ●	Pâté chinois	Filet de porc mariné à la grecque	Boulettes de veau à la suédoise 
	2	<b>LUNDI SANS VIANDE</b> Lasagne aux légumes	Fusillis, sauce Alfredo au poulet	Filet de poisson en chapelure italienne	Spaghettis, sauce à la viande	Vol-au-vent au poulet
<b>CHOIX VÉGÉ</b> 	3	-	Fusillis, sauce Alfredo aux lanières végé style poulet	Pâté chinois végétarien	Spaghettis, sauce végétarienne	Vol-au-vent aux lanières végé style poulet
<b>LÉGUME ou SALADE</b>		Mélange Soleil levant 	Carottes persillées 	<b>LE LÉGUME DU JOUR</b>	Mais en grains 	Macédoine cinq légumes 
		Salade de chou asiatique 	Salade méli-mélo	Salade de betteraves et pommes du Québec 	Salade César	Salade du chef, vinaigrette maison
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>		Riz multigrain ● (plat du chef 1)	Pommes de terre assaisonnées (plat du chef 1)	Riz aux petits légumes (plat du chef 2)	Couscous de blé entier aux légumes ● (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre
<b>DESSERT DU JOUR</b>		Croustade pommes et fraises ● ou fruit frais	Mousse aux fraises ou mandarines	Trottoir aux fruits ou compote de pommes	Muffin aux framboises et yogourt ou fruit frais	Gâteau marbré ou orange
<b>BOISSON</b>		Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				




## À LA CARTE

<b>#SNDWCH</b> sandwicherie cré@tive	Panini au jambon Milano	Panini au poulet César	Panini à la dinde et bacon	Panini végétarien ●	Panini au bœuf, poivrons et fromage
---	-------------------------	------------------------	----------------------------	---------------------	-------------------------------------

<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les: 27 août, 1 <sup>er</sup> octobre, 5 novembre et 10 décembre 2018; les 28 janvier, 4 mars, 8 avril, 13 mai et 17 juin 2019.
-------------	---



# MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE 5		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>		Potage du marché	Soupe thaïlandaise	Crème de céleri	Soupe tomates, légumes et orge ●	Soupe poulet et nouilles
<b>PLAT DU CHEF</b>	1	Hamburger	Farfalles, sauce à la viande	Porc, sauce hoisin	Pennes à la saucisse de dinde	Porc bourguignon
	2	<b>LUNDI SANS VIANDE</b> Macaronis au fromage	Poulet à la thaïe	Pizza à la mexicaine	Filet de poisson en panure légère	Riz au poulet à l'espagnole ●
<b>CHOIX VÉGÉ</b> 	3	-	Lanières végé style poulet à la thaïe	Pizza végétarienne à la mexicaine	Pennes, sauce végétarienne	Riz aux haricots à l'espagnole ●
<b>LÉGUME ou SALADE</b>		Mélange Jardinière (haricots et carottes) 	Fleurettes de brocoli	Jardinière orientale	Haricots verts	<b>LE LÉGUME D'AUJOURD'HUI</b>
		Salade de chou crémeuse	Salade d'épinards à la thaïe	Salade verte	Salade César allegro	Salade de maïs 
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>		Pommes de terre aux épices tex-mex (plat du chef 1)	Riz brun vapeur ● (plat du chef 2)	Nouilles cantonaises (plat du chef 1)	Orzo au citron (plat du chef 2)	Nouilles aux œufs (plat du chef 1)
<b>DESSERT DU JOUR</b>		Gâteau aux bananes ou pomme en tranches	Pouding au chocolat ou pêche	Tarte aux pommes ou fruit frais	Carré aux framboises et noix de coco ou compote de pommes	Brownies sans noix ou orange
<b>BOISSON</b>		Lait, eau ou jus de fruits pur à 100 %				

## À LA CARTE

<b>#SNDWCH</b> Sandwicherie cré@tive	Panini aux 3 viandes	Panini à la dinde	Panini au poulet et tomates séchées	Panini au bœuf et fromage	Panini végétarien ●
---	----------------------	-------------------	-------------------------------------	---------------------------	---------------------

<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les : 3 septembre, 8 octobre, 12 novembre et 17 décembre 2018; les 4 février, 11 mars, 15 avril et 20 mai 2019.
-------------	---

