

SEMAINE 1		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
22 août	SOUPE OU JUS DE TOMATE	Crème de brocoli	Soupe poulet et nouilles	Minestrone	Potage de panais et cari	Soupe aux pois
26 septembre	REPAS DU JOUR	Burger de poulet	Pizza maison	Steak haché sauce champignon	Poulet au cari	Poisson pané style Fish and chips
31 octobre	REPAS DE PÂTES	Spaghetti sauce tomate et basilic	Rigatoni sauce rosée, tomates et olives noires	Macaroni sauce aux épinards et bacon	Tortellini au fromage sauce tomate aux saucisses	Lasagne
5 décembre	REPAS FROID	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas
23 janvier	ACCOMPAGNEMENTS	Pommes de terre rôties Salade jardinière	Salade César	Purée de pommes de terre Salade de chou	Couscous aux légumes Légumes vapeur	Riz aux fines herbes Salade jardinière et mandarines
27 février	DESSERT	Muffin yogourt et framboises	Galette à l'avoine	Carré au citron	Mousse aux fruits	Gâteau aux carottes
10 avril						
15 mai						
19 juin						
SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
29 août	SOUPE OU JUS DE TOMATE	Potage aux pois verts et jambon	Crème de navet et carottes	Potage à la patate douce et lait de coco	Soupe poulet et riz	Soupe aux lentilles
3 octobre	REPAS DU JOUR	Saucisses lard et bœuf	Effiloché de porc sur pain maison	Poulet au ketchup	Croquettes de poulet (6)	Pâté au saumon sauce aux oeufs
7 novembre	REPAS DE PÂTES	Conchigli crémeuse à l'ail	Macaroni au fromage	Spaghetti sauce bolognaise	Macaroni chinois et egg roll	Farfalle aux boulettes de viande à l'italienne
12 décembre	REPAS FROID	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas
30 janvier	ACCOMPAGNEMENTS	Pommes de terre vapeur Légumes vapeur	Purée de pommes de terre rôties Salade jardinière	Riz aux fines herbes Purée de légumes	Purée de pommes de terre Salade de chou	Légumes vapeur Salade jardinière et légumineuses
13 mars	DESSERT	Galette à la mélasse	Gâteau au citron et pavot	Croustade aux pommes	Salade de fruits	Muffin orange et canneberges
17 avril						
22 mai						
SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
5 septembre	SOUPE OU JUS DE TOMATE	Crème de tomates	Crème de carottes	Soupe tomates et nouilles	Soupe aux légumes	Crème de légumes
10 octobre	REPAS DU JOUR	Ragoût de boulettes	Pâté mexicain	Poulet indien	Sloppy Joe	Pizza au poulet BBQ
14 novembre	REPAS DE PÂTES	Ravioli de bœuf sauce arrabiata	Penne carbonara	Lasagne	Penne au poulet et petits pois	Rigatoni béchamel et jambon
19 décembre	REPAS FROID	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas
6 février	ACCOMPAGNEMENTS	Purée de pommes de terre Légumes vapeur	Salade de pâtes à la mexicaine Légumes vapeur	Riz au brocoli Salade jardinière	Pommes de terre rôties Salade de chou	Salade César
20 mars	DESSERT	Muffin à l'érable	Tarte aux fruits	Charlotte au chocolat	Galette à l'avoine	Gâteau aux bleuets
24 avril						
29 mai						
SEMAINE 4		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12 septembre	SOUPE OU JUS DE TOMATE	Crème de maïs	Soupe tomates et riz	Potage parmentier	Soupe de légumineuses et bacon	Soupe bœuf et nouilles
17 octobre	REPAS DU JOUR	Cuisse de poulet BBQ	Pâté à la viande	Burrito de porc	Croquettes de poulet (6)	Burger capitaine
21 novembre	REPAS DE PÂTES	Farfalle sauce tomate et basilic	Rotini aux poivrons et pepperoni gratiné	Penne sauce tomate au bœuf braisé	Spaghetti sauce bolognaise	Tortellini à la viande sauce rosée
9 janvier	REPAS FROID	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas
13 février	ACCOMPAGNEMENTS	Pommes de terre rôties Salade César	Purée de pommes de terre Légumes vapeur	Riz à la mexicaine Salade jardinière	Purée de pommes de terre Salade de chou	Salade de pâtes Salade jardinière
27 mars	DESSERT	Pouding au pain maison	Carré à la noix de coco	Muffin à l'avoine	Galette à l'érable	Gâteau vanille et chocolat
1 ^{er} mai						
5 juin						
SEMAINE 5		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
19 septembre	SOUPE OU JUS DE TOMATE	Crème de légumes	Soupe poulet et quinoa	Soupe tomates et chou	Crème de poireaux	Soupe à l'orge et bacon
24 octobre	REPAS DU JOUR	Fajitas au poulet	Assiette chinoise (riz, egg roll)	Pizza-ghetti	Effiloché de porc sur pain maison	Pâté au poulet
28 novembre	REPAS DE PÂTES	Macaroni à la viande	Ravioli sauce tomate au poulet	Penne au poulet et brocoli	Fusilli arrabiata au thon	Nouille aux oeufs au bœuf braisé
16 janvier	REPAS FROID	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas	Trio santé / Salade repas
20 février	ACCOMPAGNEMENTS	Riz mexicain Salade jardinière	Riz chinois Légumes vapeur	Salade jardinière	Pommes de terre rôties Salade de chou	Purée de pommes de terre Légumes vapeur
3 avril	DESSERT	Muffin aux fruits	Croustade aux framboises	Tarte à la vanille	Galette au chocolat	Salade de mandarines et ananas
8 mai						
12 juin						

À NOTER : Le repas inclut un lait ou un jus pur à 100 % (variétés différentes offertes)



Bon appétit à tous!!!

