

# MARS

	04-mars		05-mars		06-mars		07-mars		08-mars	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1										
Plat du jour #2		Chow mein au poulet		Riz mexicain gratiné (aux haricots rouges)		Mijoté de porc aux légumes et pommes de terre		Pâtes au thon et aux légumes		Tournedos de poulet, pdt dauphinoises, légumes
Plat froid		Sandwich au jambon et fromage		Sandwich au jambon, fromage et laitue		Sandwich au jambon, fromage et laitue		Sandwich au jambon, fromage et laitue		Sandwich au jambon, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Smoothie		Abricots		Yogourt		Compote de fruits
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Gâteau aux carottes		Muffin à l'orange		Biscuit avoine et raisins		Muffin aux bleuets		Galette à l'ananas

	11-mars		12-mars		13-mars		14-mars		15-mars	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade à la grecque		Salade à la grecque		Salade à la grecque		Salade à la grecque
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1				Burger de poulet, fromage, craquelins aux légumes		Lasagne bolognaise		Poulet Général Tao, riz et légumes		Pizza au fromage et aux légumes
Plat du jour #2		Tortellini au fromage, sauce rosée, légumes		Poisson et ratatouille avec couscous		Jambalaya au jambon et légumes		Pâté chinois, haricots verts		Rotini, sauce tomate aux pois chiches et aux légumes
Plat froid		Wrap poulet croustillant (fromage, carottes)		Wrap poulet croustillant (fromage, laitue, carottes)		Wrap poulet croustillant (fromage, laitue, carottes)		Wrap poulet croustillant (fromage, laitue, carottes)		Wrap poulet croustillant (fromage, laitue, carottes)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Salade de fruits		Pouding au citron		Compote de fruits		Yogourt		Pêches en dés
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Muffin aux bananes		Gâteau aux framboises		Biscuit soleil multigrains		Biscottes et cretons de lentilles		Gâteau graham

	18-mars		19-mars		20-mars		21-mars		22-mars	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade César		Salade César		Salade César		Salade César
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Pépites de poulet, riz aux légumes, sauce aigre-douce		Pizzas pochettes maison (pepperoni, fromage, poivron)		Pâté au poulet, légumes		Macaroni au fromage "DELUXE" (avec bacon et croquette de macaroni au fromage), légumes		Vol-au-vent au jambon, macédoine
Plat du jour #2		Macaroni à la viande et aux légumes		Tofu et légumes sauce Général Tao, vermicelle		Chili con carne (bœuf, haricots rouges, fromage), riz		Poulet sauce BBQ, purée de p.de terre, légumes		Pizza niçoise au thon
Plat froid		Duo de sandwiches (poulet haché, œufs)		Duo de sandwiches (poulet haché, œufs)		Duo de sandwiches (poulet haché, œufs)		Duo de sandwiches (poulet haché, œufs)		Duo de sandwiches (poulet haché, œufs)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Smoothie		Mandarines		Yogourt		Compote de fruits
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Galette à la cerise		Gâteau aux bananes		Biscuit vanille et raisins		Méli mélo de céréales		Gâteau aux bleuets

	25-mars		26-mars		27-mars		28-mars		29-mars	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade de maïs		Salade de maïs		Salade de maïs		Salade de maïs
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Poutine Croq (quartiers de p.de terre, fromage, sauce)		Burger de bœuf, fromage, craquelins aux légumes				Croque-madame sur pain naan		Pâté au saumon, légumes
Plat du jour #2		Macaroni chinois au tofu et aux légumes		Riz crémeux au saumon et aux légumes		Pâté à la viande, légumes		Cannelloni au veau, sauce rosée, légumes		Couscous marocain au poulet et pois chiches
Plat froid		Sous-marin au jambon et fromage		Sous-marin au jambon, fromage et laitue		Sous-marin au jambon, fromage et laitue		Sous-marin au jambon, fromage et laitue		Sous-marin au jambon, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Yogourt		Pêches en dés		Pouding à la vanille		Compote de fruits		Tranches de pomme
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Galette à la vanille		Biscottes et hummus		Beignet à l'ancienne		Biscuit avoine et framboise		Gâteau aux petits fruits