



	2 mars		3 mars		4 mars		5 mars		6 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		Poulet aigre-doux à l'ananas, riz aux légumes		Pizza végétarienne		Tofu et légumes teriyaki, vermicelle		Macaroni mexicain au poulet et haricots noirs		Croquettes de p.de terre au poisson, béarnaise, légumes
Plat froid		Mini sous-marin farci aux œufs		Mini sous-marin farci aux œufs		Mini sous-marin farci aux œufs		Mini sous-marin farci aux œufs		Mini sous-marin farci aux œufs
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Yogourt		Compote de fruits		Tranches de pomme		Pouding à la vanille		Compote de fruits
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Muffin avoine et canneberges		Gâteau à la citrouille		Biscottes et cretons aux lentilles		Biscuit au gruau		Galette à l'ananas

	9 mars		10 mars		11 mars		12 mars		13 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 et canneberges		Salade de maïs et canneberges		Salade de maïs et canneberges		Salade de maïs et canneberges
		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, salade de chou		Boulettes chinoises (bœuf), riz aux légumes		Poutine Croq (quartiers de p.de terre cuits au four)		Pâté au poulet, légumes
Plat du jour #2		Tortellini au fromage, sauce rosée, légumes		Omelette garnie, légumes et pommes de terre		Couscous d'Ali Baba (poulet et pois chiches)		Riz crémeux au thon et aux légumes		Pâté chinois, haricots verts
Plat froid		Croissant au jambon et fromage		Croissant au jambon, fromage et laitue		Croissant au jambon, fromage et laitue		Croissant au jambon, fromage et laitue		Croissant au jambon, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Salade de fruits		Yogourt		Compote de fruits		Smoothie		Pêches en dés
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Pain aux courgettes		Gâteau au biscuit Graham		Tartinade au fromage et aux légumes, biscottes		Biscuit avoine et raisins		Muffin aux carottes et ananas

	16 mars		17 mars		18 mars		19 mars		20 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 concombre		Salade de concombre		Salade de concombre		Salade de concombre
		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		Ragoût de boulettes (bœuf), purée de p.de terre, légumes		Fajitas à l'italienne (pepperoni, fromage, poivron)		Vol-au-vent au poulet, macédoine		Burger de bœuf, fromage, salade de chou		
Plat du jour #2		Chili végété (tofu et haricots rouges), riz		Macaroni au fromage, légumes		Effiloché de porc à l'asiatique, riz aux légumes		Rotini sauce tomate aux pois chiches et aux légumes		Pâté chinois au saumon et aux légumes
Plat froid		Wrap au poulet croustillant (fromage, carottes râpées)		Wrap au poulet croustillant (fromage, carottes, laitue)		Wrap au poulet croustillant (fromage, carottes, laitue)		Wrap au poulet croustillant (fromage, carottes, laitue)		Wrap au poulet croustillant (fromage, carottes, laitue)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Pouding au citron		Abricots		Compote de fruits		Yogourt
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Gâteau aux bleuets		Biscuit vanille et canneberges		Hummus et biscottes		Méli mélo de céréales		Pain aux bananes

	23 mars		24 mars		25 mars		26 mars		27 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, sauce aigre-douce, riz aux légumes		Lasagne bolognaise		Fajitas au poulet et aux légumes		Pizza à la saucisse italienne		Croq Muffin (œuf, bacon, fromage), galette de p.de terre
Plat du jour #2		Pâtes tex mex au bœuf et haricots rouges		Quiche au thon avec légumes et pommes de terre		Jambalaya au jambon et aux légumes		Macaroni chinois au tofu et aux légumes		Cari de poulet et pois chiches, riz
Plat froid		Sous-marin à la dinde et fromage		Sous-marin à la dinde, fromage et laitue		Sous-marin à la dinde, fromage et laitue		Sous-marin à la dinde, fromage et laitue		Sous-marin à la dinde, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Pêches en dés		Poires en dés		Yogourt		Compote de fruits		Smoothie
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Galette à la cerise		Gâteau aux framboises		Tartinade épinars, biscottes		Muffin aux bleuets		Gâteau aux carottes et ananas

	30 mars		31 mars		1er avril		2 avril		3 avril	
	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		Rosbif émincé en sauce, purée de p.de terre, légumes		Tortellini sauce carbonara au jambon, légumes		Burger de poisson, fromage, salade de chou		Poulet Général Tao, riz, légumes		Pâté au saumon, légumes
Plat du jour #2		Filet de poisson à l'italienne, pâtes aux légumes		Chow mein au poulet		Riz mexicain gratiné aux haricots rouges		Pâté chinois, haricots verts		Macaroni crémeux au fromage et brocoli
Plat froid		Duo de sandwiches (poulet, œuf)		Duo de sandwiches (poulet, œuf)		Duo de sandwiches (poulet, œuf)		Duo de sandwiches (poulet, œuf)		Duo de sandwiches (poulet, œuf)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Yogourt		Compote de fruits		Ananas en dés		Pouding à la vanille		Compote de fruits
Brevages		Lait		Lait		Lait		Lait		Lait
		Jus		Jus		Jus		Jus		Jus
Collation PM		Biscuit vanille et raisins		Galette à la mélasse		Gâteau aux petits fruits		Tartinade au fromage et aux légumineuses, biscottes		Gâteau aux bananes