

	2 août		3 août		4 août		5 août		6 août	
	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 betterave		Salade de betterave		Salade de betterave		Salade de betterave
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe froide du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour		Jambalaya au jambon		Macaroni mexicain au poulet et haricots noirs (fromage)		Frittata aux légumes (fromage), p.de terre, légumes		Poisson sauce rosée, pâtes aux légumes		Salade de riz au tofu à l'asiatique
				Salade de pois chiches		Salade de pois chiches		Salade de pois chiches		Salade de pois chiches
Plat froid		Sandwich à la dinde et fromage		Wrap à la salade de poulet		Wrap à la salade de poulet		Wrap à la salade de poulet		Wrap à la salade de poulet
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Yogourt		Compote de fruits		Smoothie (yogourt, fruits)		Abricots		Compote de fruits
Collation PM		Muffin aux petits fruits		Galette de riz, cheddar marbré		Galette à la mélasse		Tartinade aux épinards, biscottes		Muffin aux bananes

	9 août		10 août		11 août		12 août		13 août	
	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 chou		Salade de chou		Salade de chou		Salade de chou
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe froide du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour		Macaroni à la viande (bœuf) et aux légumes		Couscous d'Ali Baba (poulet, pois pois chiches)		Parmentier au saumon et aux légumes		Pizza végétarienne		Salade de pâtes tex mex aux haricots noirs (fromage)
				Crudités		Crudités		Crudités		Crudités
Plat froid		Duo de pains farcis (jambon, œufs)		Duo de pains farcis (jambon, œufs)		Duo de pains farcis (jambon, œufs)		Duo de pains farcis (jambon, œufs)		Duo de pains farcis (jambon, œufs)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Pêches en dés		Tube de yogourt glacé		Compote de fruits		Pouding à la vanille		Salade de fruits
Collation PM		Pain aux courgettes		Muffin à l'orange		Hummus au poivron rouge, biscottes		Biscuit au gruau		Tartinade au fromage et aux fruits, biscuits

	16 août		17 août		18 août		19 août		20 août	
	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 froide du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés
		Poulet aigre-doux à l'ananas, riz aux légumes		Macaroni chinois au tofu et aux légumes		Quiche florentine, pommes de terre, légumes		Tortellini au fromage sauce rosée, légumes		Salade de couscous au thon à la méditerranéenne
Plat froid		Duo de sandwiches (poulet haché, fromage)		Duo de sandwiches (poulet haché, fromage)		Duo de sandwiches (poulet haché, fromage)		Duo de sandwiches (poulet haché, fromage)		Duo de sandwiches (poulet haché, fromage)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Ananas en dés		Compote de fruits		Smoothie (yogourt, fruits)
Collation PM		Cretons de lentilles, biscottes		Muffin aux bleuets		Pain aux bananes		Tartinade au fromage et aux légumes, biscottes		Galette à l'ananas

	23 août		24 août		25 août		26 août		27 août	
	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		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins
		Chili végé (tofu, haricots rouges, fromage), riz		Croquettes de p.de terre au poisson, béarnaise, légumes		Riz chinois au poulet et aux légumes		Macaroni au fromage, légumes		Pâté chinois (bœuf), haricots verts
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 au citron		Compote de fruits		Poires en dés
Collation PM		Méli mélo de céréales		Pain à l'orange et canneberges		Galette aux Rice Krispies		Pain au biscuit Graham		Muffin aux framboises

Vous ne trouvez pas ce qui vous convient ? Demandez-nous une alternative ! Il nous fera plaisir de répondre à tous vos besoins.