

Novembre

	1 novembre		2 novembre		3 novembre		4 novembre		5 novembre	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade jardinière		Salade jardinière		Salade jardinière		Salade jardinière
		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		Pâté au saumon, légumes		Lasagne bolognaise (bœuf)				Pizza au bacon de dinde		Riz chinois au poulet, riz, légumes
Plat du jour #2		Jambalaya à la saucisse (porc) et aux pois chiches		Chow mein au poulet		Tortellini au fromage, sauce rosée, légumes		Chili con carne (bœuf, haricots rouges), fromage, riz		Pâtes crémeuses au thon et aux légumes
Plat froid		Sous-marin, viande italienne et fromage		Sous-marin, viande italienne, fromage et laitue		Sous-marin, viande italienne, fromage et laitue		Sous-marin, viande italienne, fromage et laitue		Sous-marin, viande italienne, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Ananas en dés		Pouding à la vanille		Compote de fruits
Collation PM		Muffin carottes et ananas		Gâteau aux petits fruits		Hummus au poivron rouge		Gâteau aux bananes		Biscuit à l'avoine

	8 novembre		9 novembre		10 novembre		11 novembre		12 novembre	
	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 du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Pâtes et boulettes de bœuf sauce tomate						Vol-au-vent au poulet, légumes		
Plat du jour #2		Frittata au jambon et brocoli, pommes de terre, légumes		Rotini, sauce tomate au pois chiches et aux légumes		Croquettes de p.de terre et poisson, béarnaise, légumes		Pâté chinois (bœuf), haricots verts		Macaroni mexicain au poulet et haricots noirs (fromage)
Plat froid		Sous-marin, viande italienne 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		Pêches en dés		Compote de fruits		Smoothie		Salade de fruits
Collation PM		Muffin aux bleuets		Pain à l'orange		Gâteau au biscuit Graham		Biscuit aux Rice Krispies		Biscottes et fromage à la crème

	15 novembre		16 novembre		17 novembre		18 novembre		19 novembre	
	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		Boulettes (porc) aigre-douces, riz aux légumes						Pâtes au jambon, légumes		
Plat du jour #2		Poisson sauce rosée, pâtes aux légumes		Cari de poulet et pois chiches, riz		Macaroni chinois au tofu et aux légumes		Quiche florentine, pommes de terre, légumes		Pâtes tex mex (bœuf, haricots rouges)
Plat froid		Duo de sandwichs (poulet, fromage)		Duo de sandwichs (poulet, fromage)		Duo de sandwichs (poulet, fromage)		Duo de sandwichs (poulet, fromage)		Duo de sandwichs (poulet, fromage)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Poires en dés		Pêches en dés		Pouding au citron
Collation PM		Muffin aux framboises		Galette à la mélasse		Pain au zucchini		Biscuit vanille et raisins		Méli mélo de céréales

	22 novembre		23 novembre		24 novembre		25 novembre		26 novembre	
	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 du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Pâtes alfredo au poulet		Rosbif en sauce, purée de pommes de terre, légumes				Pépites de poulet, sauce aigre-douce, riz aux légumes		Vol-au-vent au saumon, légumes
Plat du jour #2		Jambalaya au jambon et aux légumes		Pizza au thon à la niçoise (olives, tomates, pesto)		Parmentier au poulet et aux légumes		Macaroni au fromage, légumes		Ratatouille au tofu, couscous
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		Compote de fruits		Salade de fruits		Smoothie		Compote de fruits
Collation PM		Muffin aux bananes		Galette à la cerises		Galette de riz et cheddar		Gâteau aux carottes		Muffin aux pommes

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