

	4 juillet		5 juillet		6 juillet		7 juillet		8 juillet	
	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 froide du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour				Salade de légumes racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines
		Nouilles chinoise au poulet et aux légumes		Omelette garnie (légumes, fromage), p.de terre, légumes		Tofu créole, riz		Pâté chinois mexicain (bœuf, haricots rouges), légumes		Salade de pâtes au thon et aux légumes
Plat froid		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Salade de fruits		Pêches en dés		Yogourt		Compote de fruits		Smoothie (yogourt et fruits)
Collation PM		Muffin aux petits fruits		Fromage cheddar et craquelins		Galette à la mélasse		Tortillas de blé, hummus		Muffin orange et canneberges

	11 juillet		12 juillet		13 juillet		14 juillet		15 juillet	
	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 chou		Salade de chou		Salade de chou		Salade de chou
		Jambalaya à la saucisse (porc) et aux pois chiches		Macaroni sauce à la viande et aux légumes		Poisson croustillant, sauce tartare, pdt et légumes		Poulet chasseur, fusilli		Salade de riz au jambon et aux légumes
Plat froid		Duo de sandwichs (poulet haché, fromage)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage)
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Abricots		Yogourt		Compote de fruits		Pouding à la vanille		Salade de fruits
Collation PM		Biscuit avoine et érable		Méli-mélo de céréales		Muffin aux pommes		Galette à la cerise et noix de coco		Gâteau aux carottes (ananas)

	18 juillet		19 juillet		20 juillet		21 juillet		22 juillet	
	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				Salade de légumineuses et légumes		Salade de légumineuses et légumes		Salade de légumineuses et légumes		Salade de légumineuses et légumes
		Galette de bœuf, sc brune, purée, légumes		Riz Tex-Mex aux haricots rouges gratiné		Ratatouille au poisson, couscous		Frittata végétarienne, pdt, légumes		Salade de pâtes au poulet et canneberges
Plat froid		Mini sous-marin aux œufs		Mini sous-marin aux œufs		Mini sous-marin aux œufs		Mini sous-marin aux œufs		Mini sous-marin aux œufs
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Yogourt		Ananas en dés		Compote de fruits		Salade de fruits		Smoothie (yogourt et fruits)
Collation PM		Muffin aux bleuets		Fromage à la crème, biscottes		Pain aux bananes		Galette à la mélasse		Gâteau aux biscuits graham

	25 juillet		26 juillet		27 juillet		28 juillet		29 juillet	
	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 carottes et raisins		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins		Salade de carottes et raisins
		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
		Cannelloni (veau) sauce rosée, légumes		Poulet en sauce, purée, légumes		Pizza végétarienne		Chili con carne, riz		Salade de pâtes aux pois chiches à la César
Plat froid		Mini sous-marin aux œufs		Sandwich à la dinde, fromage et laitue		Sandwich à la dinde, fromage et laitue		Sandwich à la dinde, fromage et laitue		Sandwich à la dinde, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien		Spaghetti italien
Dessert		Pêches en dés		Yogourt		Compote de fruits		Salade de fruits		Pommes en quartier
Collation PM		Biscuit avoine et canneberges		Fromage cheddar et craquelins		Gâteau à l'orange		Biscuit au gruau		Muffin à la cerise

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