

	6 février		7 février		8 février		9 février		10 février	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade mexicaine		Salade mexicaine		Salade mexicaine		Salade mexicaine
		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 de bœuf aigre-douces, riz aux légumes						Pâté au saumon, légumes		
Plat du jour #2		Macaroni sauce bolognaise aux lentilles		Bœuf africain, riz		Frittata au jambon et brocoli, pommes de terre, légumes		Chow mein au poulet		Riz crémeux au thon et aux légumes
Plat froid		Sandwich dinde et fromage		Sandwich dinde, fromage et laitue		Sandwich dinde, fromage et laitue		Sandwich dinde, fromage et laitue		Sandwich dinde, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Pêches en dés		Yogourt		Compote de fruits		Pouding à la vanille		Salade de fruits
Collation PM		Méli mélo de céréales		Muffin aux framboises		Galette au gruau		Muffin aux courgettes		Galette à la mélasse

	13 février		14 février		15 février		16 février		17 février	
	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 légumineuses		Salade de légumineuses		Salade de légumineuses		Salade de légumineuses
		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 en sauce, purée pommes de terre, légumes				Vol-au-vent au poulet, macédoine				
Plat du jour #2		Rotini, sauce tomate aux pois chiches et aux légumes		PIZZA COUP DE FOUDEI ♥ (fromage, cœur en pepperoni)		Ratouille au poisson, couscous		Riz chinois au poulet et aux légumes		Mijoté de bœuf aux légumes, purée pommes de terre
Plat froid		Duo de sandwiches (œufs, jambon haché)		Duo de sandwiches (œufs, jambon haché)		Duo de sandwiches (œufs, jambon haché)		Duo de sandwiches (œufs, jambon haché)		Duo de sandwiches (œufs, jambon haché)
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Poires en dés		Compote de fruits		Smoothie (yogourt, fruits)
Collation PM		Muffin aux cerises		Galette de Cupidon ! ♥		Muffin aux bleuets		Hummus, biscottes		Galette avoine et raisins

	20 février		21 février		22 février		23 février		24 février	
	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		Poulet Général Tao, riz, légumes						Pâté mexicain (bœuf, haricots rouges, fromage), légumes		Croquettes de poulet, sauce aigre douce, riz aux légumes
Plat du jour #2		Omelette garnie (légumes, fromage), p.de terre, légumes		Farfalle, sauce crémeuse au saumon et aux légumes		Jambalaya à la saucisse (porc) et aux pois chiches		Poulet chasseur, fusilli		Pâté chinois (bœuf), haricots verts
Plat froid		Sous-marin jambon et fromage		Sous-marin jambon, fromage et laitue		Sous-marin jambon, fromage et laitue		Sous-marin jambon, fromage et laitue		Sous-marin jambon, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Pêches en dés		Yogourt		Compote de fruits		Ananas en dés		Pouding au citron
Collation PM		Muffin aux carottes		Fromage cheddar, galettes de riz		Muffin aux bananes		Galette vanille et canneberges		Muffin aux pommes

	27 février		28 février		1er mars		2 mars		3 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 racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines
		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 poulet, légumes						Boulettes de bœuf teriyaki, riz aux légumes
Plat du jour #2		Macaroni mexicain (poulet, haricots noirs, fromage)		Casserole de bœuf au chou, riz		Tofu et légumes sauce Général Tao, vermicelle		Rotini, sauce crémeuse au jambon et petits pois		Pizza au thon à la noix de coco
Plat froid		Sous-marin jambon et fromage		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage, laitue)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage, laitue)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage, laitue)		Wrap au poulet César (simili bacon, fromage, laitue)
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Salade de fruits		Smoothie (yogourt, fruits)		Abricots
Collation PM		Muffin aux petits fruits		Fromage à la crème, biscottes		Galette avoine et érable		Muffin au biscuit Graham		Galette à l'ananas

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