

	6 mars		7 mars		8 mars		9 mars		10 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 maïs et canneberges		Salade maïs et canneberges		Salade maïs et canneberges		Salade 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										
Plat du jour #2		Cari de poulet et pois chiches, riz		Macaroni à la viande (bœuf) et aux légumes		Quiche au jambon (fromage), légumes, pommes de terre		Riz crémeux au saumon et aux légumes		Lasagne végétarienne
Plat froid		Sandwich dinde et fromage		Sandwich hummus, fromage et laitue		Sandwich hummus, fromage et laitue		Sandwich hummus, fromage et laitue		Sandwich hummus, fromage et laitue
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Compote de fruits		Yogourt		Pêches en dés		Compote de fruits		Pouding à la vanille
Collation PM		Muffin orange et canneberges		Galette au gruau		Muffin aux courgettes		Galette vanille et raisins		Muffin aux bleuets

	13 mars		14 mars		15 mars		16 mars		17 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 à l'asiatique		Salade à l'asiatique		Salade à l'asiatique		Salade à l'asiatique
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		POTAGE VERT (ST-PATRICK)
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Ragoût de boulettes (bœuf), purée p. de terre, légumes		Tortellini sauce carbonara au jambon, légumes				Lasagne bolognaise (bœuf)		
Plat du jour #2		Riz chinois au tofu et aux légumes		Filet de poisson à l'italienne, pâtes aux légumes		Parmentier au poulet et aux légumes		Couscous à la saucisse (porc) et aux pois chiches		Macaroni crémeux au fromage et brocoli
Plat froid		Duo de pains farcis (poulet, œufs)		Duo de pains farcis (poulet, œufs)		Duo de pains farcis (poulet, œufs)		Duo de pains farcis (poulet, œufs)		Duo de pains farcis (poulet, œufs)
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Salade de fruits		Compote de fruits		Yogourt		Poires en dés		SMOOTHIE VERT (ST-PATRICK)
Collation PM		Galetteavoine et cerise		Méli mélo de céréales		Galette à la mélasse		Muffin aux carottes		GALETTE DE LA ST-PATRICK ! (vanille, décorée)

	20 mars		21 mars		22 mars		23 mars		24 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 betteraves		Salade de betteraves		Salade de betteraves		Salade de betteraves
		Soupe du jour		Soupe du jour		SOUPE AUX POIS !		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								Poulet Général Tao, riz, légumes
Plat du jour #2		Paté chinois (bœuf), haricots verts		Chili végété (tofu, haricots rouges, fromage), riz		CABANE À SUCRE! Mini pâté, jambon, patates, légumes		Croquettes de p.de terre au poisson, béarnaise, légumes		Frittata aux légumes (fromage), p.de terre, 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		Compote de fruits		Yogourt		Pêches en dés		Compote de fruits		Pouding au citron
Collation PM		Galetteavoine et érable		Beurre de soya, tortilla		PANCAKE ! (crêpe au babeurre)		Galette à l'ananas		Muffin à l'érable

	27 mars		28 mars		29 mars		30 mars		31 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		Pâtes et boulettes de bœuf, sauce tomate								Pâté au poulet, légumes
Plat du jour #2		Ratatouille au tofu, couscous		Macaroni chinois au poulet et aux légumes		Pain de viande (porc), purée p.de terre, légumes		Farfalle, sauce crémeuse au thon et aux légumes		Riz aux pois chiches à l'italienne
Plat froid		Sandwich 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 (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Salade de fruits		Compote de fruits		Yogourt		Ananas en dés		Smoothie (yogourt/fruits)
Collation PM		Muffin aux framboises		Fromage à la crème, biscottes		Galetteavoine et raisins		Muffin au biscuit Graham		Galette 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.