

- Baguette
- Une entrée
- **Plat principal (2 options)**
- Un dessert

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					
Semaine du 12-16 WESTERN ou ORIENTAL		Tomates cerises et basilic Lasagnes au bœuf, salade verte Ou Poulet tandoori, riz basmati, légumes frais Glace vanille et fraises	Salade niçoise Steak de bœuf a la minute, purée Pdt, légumes sautés Ou Nouilles sautées aux œufs et légumes jawa Tranche d'ananas	Salade d'edamame, tomates et maïs Poulet rôti, haricots verts, frites maison Ou Poisson grillé hoisin sc, riz et légumes sautés Tarte aux pommes classique	Salade César Boulettes de viande et tomates avec polenta grillée Ou Poulet Soto Betawi Raisins
Semaine du 19-23 WESTERN ou ORIENTAL	Carottes râpées Poulet grillé, sauce crémeuse à l'estragon, pdt sautées, légumes Ou Kalio de bœuf, riz à l'orange, légumes Banane	Bruschetta à la tomate Spaghettis bolognaise et pesto, salade verte ou Riz cantonais frit, omelette, aux legumes Frais sorbet aux fruits rouges mélangés	Samoussas aux légumes Taco, omelette (avec tomates concassées et oignons nouveaux) ou Daal avec pain pita et bâtonnets de carottes Biscuit moelleux	Maïs et beurre Poisson grillé, riz végétarien, brocoli sauté Or Bœuf braisé chinois, nouilles, pakcoy Gâteau à la banane	Mini brochette de fromage, tomates et olives Pizza au bœuf et au poulet , salade verte ou Onigiri sushi Yaourt
Semaine du 26-30 WESTERN ou ORIENTAL	Tortilla et salsa Chili dog, frites, Salade vert Ou Œuf Foo Young (légumes + poulet), riz et germes de soja sautés Poire	Salade grecque à la feta Moussaka de légumes avec salade verte ou Poulet miel, beurre et sésame avec riz et capcay Brownies vapeur	Pain à l'ail et au parmesan Fricassée de poulet, pommes de terre sautées et légumes Ou Poisson katsu, riz et salade Compote de pommes		

- Baguette
- Une entrée
- **Plat principal (2 options)**
- Un dessert

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 02-05 WESTERN ou ORIENTAL	Soupe à l'oignon avec croûtons Poulet piccata, pommes de terre, Légumes Ou Bœuf Teppanyaki, riz vapeur, brocoli Tangerine	Salade fattouche Tajine d' bœuf aux pruneaux, couscous Ou Terrine de poisson, nouilles sautées thaï Cookies et lait	Salade de concombre chinoise Burger au poulet et au fromage, frites, légumes ou Sapo de légumes avec tofu, œuf dadar, riz Crumble aux pommes	Beignets de légumes Poisson en papillote, riz aux légumes Ou Poulet rôti à l'arabe, riz Mandi (basmati), achar jaune Pastèque Grissini	Edamames Quiche lorraine au bacon de bœuf et salade verte Ou Curry de bœuf et légumes, naan Éclair
Semaine du 09-13 WESTERN ou ORIENTAL	potomelo au Vinaigrette Poulet grillé, pdt au four, carottes Vichy Ou Pho au bœuf Muffin aux pépites de chocolat	Salade composée italienne Pâtes au fromage frais et carottes, salade verte Ou Riz uduk et semur aux œufs, tempeh, tofu, Cucumbers Ou silce tranche d'orange	salade Waldorf croque monsieur, salade Ou Poulet fu yung hai, yasai itame Raisins	goulash de bœuf, pommes de terre vapeur salade verte Ou Poisson teriyaki, riz et salade Sorbet fraise	Salade d'Avocat, maïs et tomates Enchiladas au poulet, salade composée Ou Poulet de nouilles au Pangsit Donut de Pdt
Semaine du 16-20 WESTERN ou ORIENTAL	Salade de concombre Keftas de bœuf, riz jaune, tzatziki ou Karaage de poisson, riz et chapchai Yaourt à la fraise	Salade mexicaine Chili dog, frites, légumes Ou bœuf coréen au barbecue, haricots verts et maïs sautés, riz Pomme	Tzatziki aux bâtonnets de légumes Tajine de légumes, couscous ou Satay de poulet, riz frit kemangi, acar Tarte aux pommes	Velouté de carottes Cordon bleu de poulet, ratatouille, riz Ou Nikujaga bœuf et légumes, pommes vapeur Roulé suisse aux fraises	Lumpia de légumes Saucisse grillée, galette de pommes de terre Ou Poulet yaki udon, tempura Tempeh Fruits de saison
Semaine du 23-26 WESTERN ou ORIENTAL	Œuf mimosa Poisson pané, riz aux légumes, sauce tartare Ou Nouilles sautées végétariennes, œuf au plat Orange	Salade de pommes Granny Smith Ragoût de bœuf méditerranéen Pdt rôties Ou Ramen au poulet katsu et aux œufs Madeleine et lait	Mini brochettes (fromage, tomates et concombre) Poulet rôti, purée de Pdt et haricots verts sautés Ou Bœuf yakiniku, riz et salade Glace vanille et fruits rouges frais	Bruschetta à la tomate Steak de bœuf minute, Pdt au four, potiron et brocoli Ou Riz frit au poulet oriental, œuf Brochette de fruits avec fontaine de chocolat	

Chaque panier repas se compose de :

- Baguette
- Une entrée
- **Plat principal (2 options)**
- Un dessert

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 30 juin et 01 juillet WESTERN ou ORIENTAL	Carottes râpées Hachi parmentier, salade verte ou Poulet Tso, riz et légumes Sorbet	Salade de macaronis, thon et concombre Burger maison au bœuf et fromage, frites et crudités Ou Wrap poulet kebab, crudités Glace vanille sc chocolat			
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					
Semaine du WESTERN ou ORIENTAL					