








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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 05-09 WESTERN Ou ORIENTAL	Bruschetta à la tomate Steak de bœuf à la minute Pdt, Gratin de chou-fleur Ou Curry de poulet, riz basmati, légumes Pastèque	 Edamame Pâtes aux carottes et au fromage frais, Salade verte Ou Œufs de caille Kung Pao, tofu et légumes, tempura de tempeh, riz Crêpes au chocolat	Rouleau de printemps aux légumes Tajine de poulet et légumes, couscous Ou Riz frit javanais, satay de poulet, acar Raisins	Salade de concombre, tomate et maïs Poulet rôti, pommes de terre rissolées, haricots verts Ou Poisson grillé à l'asiatique, riz et salade Brownie	Focaccia aux tomates et aux olives Brochettes d'agneau (cuisson au barbecue), riz aux légumes, salade verte Ou Nouilles au poulet et boulettes de viande Sorbet aux fruits rouges
Semaine du 12-16 WESTERN ou ORIENTAL	Palmier au pesto et au fromage Goulash de bœuf, purée de pommes de terre Ou Poulet coréen grillé, nouilles sautées, Tomates Galette de rois	Soupe miso Spaghetti bolognaise au bœuf, Salade verte Ou Bœuf teriyaki Riz et salade Cookie et lait	Lumpia au poulet Poisson poêlé, pommes de terre sautées, légumes Ou Bœuf kalio, Riz uduk, concombre compote de pommes	Salade Waldorf Cordon bleu de poulet, Ratatouille Ou  végétariens Ramen aux œufs Fraise fraîche	Ascension du Prophète
Semaine du 19-23 WESTERN ou ORIENTAL	Salade grecque au fromage feta Poulet méditerranéen Pommes de terre rôties, tomates Ou Bœuf braisé, riz et pak choi Banane	Salade de lentilles et tomates Bœuf Stroganoff Tagliatelles Ou  Œufs foo young Riz frit cantonais au concombre Gâteau muffin à la banane	Carottes râpées Poulet cacciatore, boulgour aux tomates, légumes Ou Poisson aigre-doux, Riz et salade Ananas rôti	Tzatziki Bœuf et fromage burger, frites maison, salade Ou Poulet tikka masala Riz basmati Tarte aux pommes	Pommes de terre Perkedel Papillote de poisson Kakap gnocchis au four, salade verte Ou Nouilles au boeuf Soto, Risol Melon miel
Semaine du 26-30 WESTERN ou ORIENTAL	Salade mexicaine Carne asada, salsa Riz mexicain Ou Opor Chicken, riz jeruk Rempah, concombre et tomates Glace au chocolat avec pépites de chocolat	Soupe à l'oignon française avec pain à l'ail Poisson pané, salade verte Riz aux légumes Ou Légumes au fromage kebab en wrap  Fruits de saison	Salade de maïs, tomates et avocat Croque-monsieur, salade verte ou Bœuf nikujaga Crème brûlée	Salade de pâtes froides Wrap au bœuf et au fromage, salade composée Ou Poulet Teppanyaki, yakimeshi Raisins	Salade italienne Pizza carnivore Salade verte Ou Kimbap Donut de pommes de terre maison

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 02-06 WESTERN ou ORIENTAL	Crème de potiron aux croûtons Poulet rôti farci, purée de pommes de terre, haricots verts Ou Rendang de bœuf, riz uduk, concombre Brochette de fruits au chocolat	Pain à la tomate Lasagnes au bœuf, Salade verte Ou Pho végétalien aux nouilles de riz  Sorbet aux fraises	Salade verte japonaise à la vinaigrette sésame-citron vert Poisson meunière, pommes de terre rôties Ou Poulet katsu, riz et salade Gâteau roulé au chocolat	Salade de macaronis au thon Poulet crémeux à l'ail, polenta, légumes Ou Nouilles au bœuf mongoles, Concombres tranche d'orange Sunkist	Brochettes de mini-fromage et légumes grillés Sauté de bœuf turc, couscous Ou Poulet grillé, riz frit oriental, chou mariné Crème au chocolat
Semaine du 09-13 WESTERN ou ORIENTAL	Salade César Beef Hot Dog, gratin de chou-fleur Ou Bœuf yakiniku, riz salade de concombres Fruits	Mini-pizza au fromage Rôti de boeuf, riz aux légumes Ou Yaki udon au poulet, tempura Salade de fruits	Maïs au beurre Risoni au poulet et brocoli Salade grecque Ou Poisson rôti sauce soja, riz et jeunes pousses de kailan sautées Tiramisu	Feuilletés aux épinards Légumes Con Carne Tortilla, salsa  Ou Sauté de légumes  Oufs foo young, riz Gâteau au chocolat vapeur	Croquettes au Fromage Poisson et frites, Salade composée Ou Nigiri, Makizushi, Tamagoyaki Ananas tranchés
Semaine du 16-20	Vacances d'hive	Vacances d'hive	Vacances d'hive	Vacances d'hive	Vacances d'hive
Semaine du 23-27 WESTERN ou ORIENTAL	Vacances d'hive	Vacances d'hive	Vacances d'hive	Bruschetta au thon Bœuf Stroganoff, Fettuccine, salade verte Ou Poulet sauté à la chinoise Riz et légumes Gâteau marbré	Salade de carottes et de jicama Quesadilla au poulet et au fromage avec salsa Ou Riz karaage et salade Mini bâtonnets glacés à la banane enrobés de choco