

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
DÎNER							
Soupe	Soupe bœuf et orzo	Soupe tomates et riz	Soupe poulet, légumes et orzo	Soupe paysanne	Soupe bœuf et orge	Soupe aux légumes	Soupe won-ton
Plat principal option 1	Sandwich dinde effiloché BBQ, légumes californiens	Merlu citron et basilic, pommes de terre purée, brocoli	Frittata tomates et poireaux, pommes de terre purée, betteraves	Pâté chinois santé, légumes soleil levant	Poitrine de poulet avec sauce BBQ, pommes de terre purée, pois verts	Pain de viande santé, sauce brune, pommes de terre purée, chou-fleur	Macaroni chinois, carottes en bâtonnets
Plat principal option 2	Boulettes sauce tomates, pommes de terre purée, légumes californiens	Macaroni au fromage, brocoli	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Penne Alfredo aux légumes, légumes soleil levant	Rôti de porc, sauce brune, pommes de terre purée, pois verts	Coquilles fromage et tomates, chou-fleur	Omelette aux épinards, pommes de terre purée, carottes en bâtonnets
Salade		Salade de laitue et radis avec vinaigrette française	Salade de laitue et épinards avec vinaigrette française	Betteraves marinés	Salade de chou	Salade de laitue, tomates, céleri, concombres, et poivrons avec vinaigrette française	
Dessert	Tarte à la cossetarde	Gâteau choco-érable	Croustade aux bleuets	Gâteau aux carottes	Pain aux bananes et chocolat	Gâteau à l'ananas	Biscuit chausson pomme
SOUPER							
Soupe	Potage parmentier	Potage crécy	Crème de courgettes	Crème de chou-fleur	Crème de champignons	Crème de céleri	Crème de brocoli
Plat principal option 1	Jambon avec sauce à l'érable, pommes de terre purée, carottes en bâtonnets	Bœuf bourguignon, pommes de terre purée, pois verts	Rôti de dinde, sauce brune, pommes de terre purée, navets et carottes en dés	Riz espagnol, haricots jaunes	Lasagne végétarienne, carottes en dés	Poisson rôti, quartier de citron, pommes de terre purée, haricots verts	Boulettes de bœuf aux pêches, pommes de terre purée, betteraves
Plat principal option 2	Boulettes sauce tomates, pommes de terre purée, carottes en bâtonnets	Macaroni au fromage, pois verts	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Penne Alfredo aux légumes, haricots jaunes	Rôti de porc, sauce brune, pommes de terre purée, carottes en dés	Coquilles fromage et tomates, haricots vert	Omelette aux épinards, pommes de terre purée, betteraves
Salade		Salade de laitue et radis avec vinaigrette italienne	Salade de laitue et épinards avec vinaigrette italienne	Betteraves marinés	Salade de chou	Salade de laitue, tomates, céleri, concombres, et poivrons avec vinaigrette italienne	
Dessert	Poires en dés	Pêches et poires en dés	Mandarines	Ananas en dés	Poires en dés	Pêches en dés	Cocktail de fruits

MARS 2024							AVRIL 2024							MAI 2024							JUIN 2024						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
					1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4							1
3	4	5	6	7	8	9															2	3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	9	10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	16	17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29	30	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	23	24	25	26	27	28	29
31							28	29	30					26	27	28	29	30	31		30						

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
DÎNER							
Soupe	Soupe aux pois	Soupe tomates et riz	Soupe aux légumes	Soupe bœuf et légumes	Soupe poulet, légumes et riz	Soupe paysanne	Soupe tomates et orzo
Plat principal option 1	Hachis de porc, légumes du jour	Bouilli aux légumes, pommes de terre purée	Quiche Lorraine, légumes du jour	Poulet à la reine, pommes de terre purée, pois verts	Boulettes sauce aigre-douce, riz, haricots verts	Casserole de poulet et nouilles, légumes californiens	Pâté au saumon, sauce à l'aneth, pois verts et carottes
Plat principal option 2	Pizza aux tomates, légumes du jour	Saumon au pesto basilic, pommes de terre purée, brocoli	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Macaroni au fromage, pois verts	Omelette jardinière, pommes de terre purée, pois verts	Pâté chinois texan, légumes californiens	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, pois verts et carottes
Salade	Salade de laitue et persil avec vinaigrette française	Olives et concombres	Salade de laitue et épinard avec vinaigrette française	Salade de laitue et tomates avec vinaigrette française	Salade de laitue, carottes, concombres, et radis avec vinaigrette française	Cornichons sucrés	
Dessert	Tarte au citron	Bagatelle aux fraises	Mille-feuilles aux biscuits Graham	Gâteau aux bleuets	Gâteau chocolat et poires	Gâteau à la vanille	Gâteau renversé aux pommes
SOUPER							
Soupe	Crème de poireau	Crème de carottes et gingembre	Crème de poulet	Potage à la courge	Crème de tomates	Potage parmentier	Crème de champignons
Plat principal option 1	Spaghetti sauce à la viande, haricots jaunes	Poitrine de poulet avec sauce chasseur, pommes de terre purée, carottes en bâtonnets	Cannelloni sauce rosée, betteraves	Galette de pois chiches, sauce à la ciboulette, pommes de terre purée, légumes soleil levant	Merlu avec sauce aux agrumes, pommes de terre purée, brocoli	Rôti de porc avec sauce aux pommes, pommes de terre purée, betteraves	Mijoté à l'érable, pommes de terre purée, haricots verts et jaune
Plat principal option 2	Pizza aux tomates, haricots jaunes	Saumon au pesto basilic, pommes de terre purée, carottes en bâtonnets	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Macaroni au fromage, légumes soleil levant	Omelette jardinière, pommes de terre purée, brocoli	Pâté chinois texan, betteraves	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, haricots vert et jaunes
Salade	Salade de laitue et persil avec vinaigrette italienne	Olives et concombres	Salade de laitue et épinard avec vinaigrette italienne	Salade de laitue et tomates avec vinaigrette italienne	Salade de laitue, carottes, concombres, et radis avec vinaigrette italienne	Cornichons sucrés	
Dessert	Salade de fruits tropicaux	Pêches et poires en dés	Poires en dés	Ananas en dés	Pêches en dés	Abricots en moitiés	Mandarines

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU

MARS 2024																					JUIN 2024						
D	L	M	M	J	V	S	AVRIL 2024							MAI 2024							D	L	M	M	J	V	S
					1	2	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S						1	
3	4	5	6	7	8	9		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4	2	3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	9	10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	16	17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29	30	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	23	24	25	26	27	28	29
31							28	29	30					26	27	28	29	30	31		30						

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
DÎNER							
Soupe	Soupe aux lentilles	Soupe campagnarde	Soupe bœuf et orzo	Soupe à l'oignon	Soupe poulet, légumes et orzo	Soupe tomates et riz	Soupe aux légumes
Plat principal option 1	Bouilli aux légumes, pommes de terre purée	Saumon miel et moutarde, pommes de terre purée, brocoli	Pâté chinois santé, betterave	Pain de dinde aux canneberge, pommes de terre purée, légumes du jour	Omelette western, pommes de terre purée, carottes en bâtonnet	Jambon avec sauce à l'ananas, pommes de terre purée, pois verts	Pâté au poulet, légumes soleil levant
Plat principal option 2	Crêpes au jambon et fromage, sauce béchamel, betteraves	Poitrine de poulet à l'orange, pommes de terre purée, brocoli	Macaroni au fromage et tomates, betteraves	Poisson aux petits légumes, pommes de terre purée, légumes du jour	Poitrine de poulet, sauce BBQ, pommes de terre purée, carottes en bâtonnet	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, pois verts	Pain de viande, sauce brune, pommes de terre purée, légumes soleil levant
Salade	Salade de laitue et tomates avec vinaigrette française	Salade de laitue, tomates, céleri, concombres, et poivrons avec vinaigrette française		Cornichons tranchés sucrés		Salade de laitue et persil avec vinaigrette française	Salade de laitue et concombres avec vinaigrette française
Dessert	Gâteau fraises et rhubarbe	Croustade aux framboises	Gâteau pommes et épices	Gâteau triple chocolat	Gâteau sucre à la crème	Biscuit chausson aux fraises	Pain citronné aux bleuets
SOUPER							
Soupe	Crème de poulet	Crème de chou-fleur	Potage à la courge	Crème de légumes	Crème de tomates	Potage parmentier	Crème de courgettes
Plat principal option 1	Lasagne, haricots verts	Riz espagnol, légumes soleil levant	Porc polynésien, pommes de terre purée	Sauté asiatique végétarienne, chou-fleur	Mijoté bœuf, brocoli et carottes, riz, haricots verts	Coquilles sauce primavera, légumes du jour	Poisson rôti, quartier de citron, pommes de terre purée, betteraves
Plat principal option 2	Crêpes au jambon et fromage, sauce béchamel, haricots verts	Poitrine de poulet à l'orange, pommes de terre purée, légumes soleil levant	Macaroni au fromage et tomates, carottes en dés	Poisson aux petits légumes, pommes de terre purée, chou-fleur	Poitrine de poulet, sauce BBQ, pommes de terre purée, haricots verts	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, légumes du jour	Pain de viande, sauce brune, pommes de terre purée, betteraves
Salade	Salade de laitue et tomates avec vinaigrette italienne	Salade de laitue, tomates, céleri, concombres, et poivrons avec vinaigrette italienne		Cornichons tranchés sucrés		Salade de laitue et persil avec vinaigrette italienne	Salade de laitue et concombres avec vinaigrette italienne
Dessert	Compote de pommes	Ananas en dés	Cocktail de fruits	Poires en dés	Pêches en dés	Abricots en moitiés	Poires en dés

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU

MARS 2024							AVRIL 2024							JUIN 2024						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
					1	2														
3	4	5	6	7	8	9		1	2	3	4	5	6							1
10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13	2	3	4	5	6	7	8
17	18	19	20	21	22	23	14	15	16	17	18	19	20	9	10	11	12	13	14	15
24	25	26	27	28	29	30	21	22	23	24	25	26	27	16	17	18	19	20	21	22
31							28	29	30					19	20	21	22	23	24	25
														23	24	25	26	27	28	29
														26	27	28	29	30	31	
														30						

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
DÎNER							
Soupe	Soupe bœuf et orge	Soupe poulet, légumes et riz	Soupe aux lentilles	Soupe aux légumes protéinée	Soupe tomates et orzo	Soupe campagnarde	Soupe minestrone
Plat principal option 1	Spaghetti sauce aux lentilles, haricots jaunes	Boulettes sauce aigre-douce, pommes de terre purée, légumes californiens	Quiche Lorraine, légumes soleil levant	Saumon au pesto basilic, pommes de terre purée, haricots verts	Chili con carne, riz, carottes en bâtonnets	Rôti de porc, sauce brune, pommes de terre purée, chou-fleur	Bœuf Stroganoff, nouilles aux œufs, brocoli
Plat principal option 2	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Pizza aux tomates, légumes du jour	Macaroni au fromage, légumes californiens	Pâté chinois texan, haricots jaunes	Blanquettes aux œufs, carottes en bâtonnets	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, betteraves	Poisson aux petits légumes, pommes de terre purée, brocoli
Salade	Salade de laitue et épinards avec vinaigrette française	Cornichons sucrés	Salade de laitue, céleri, et tomates avec vinaigrette française	Ketchup aux fruits	Salade de laitue, persil, et poivrons avec vinaigrette française	Salade de laitue, radis, et concombres avec vinaigrette française	Olives et concombres
Dessert	Gâteau moussaux fraises	Gâteau au fromage avec coulis aux bleuets	Biscuits moelleux à la citrouille	Gâteau à la vanille	Tarte au sucre	Pain aux courgettes	Gâteau à l'érable
SOUPER							
Soupe	Crème de carottes et gingembre	Crème de maïs	Crème de brocoli	Crème de champignons	Potage St-Germain	Potage à la courge	Crème de poireaux
Plat principal option 1	Galette de bœuf avec sauce au bœuf et oignons, pommes de terre purée, pois verts	Hachis de porc, betteraves	Riz au poulet et pois chiches, carottes en dés	Tourtière, légumes du jour	Poulet tetrazzini, haricots verts	Croquette de thon, sauce à la ciboulette, pommes de terre purée, légumes du jour	Tortellini sauce rosée, légumes soleil levant
Plat principal option 2	Fricassée de veau, pommes de terre purée	Pizza aux tomates, betteraves	Macaroni au fromage, carottes en dés	Pâté chinois texan, légumes du jour	Blanquettes aux œufs, betteraves	Galette de veau, sauce brune, pommes de terre purée, pois verts	Poisson aux petits légumes, pommes de terre purée, légumes soleil levant
Salade	Salade de laitue et épinards avec vinaigrette italienne	Cornichons sucrés	Salade de laitue, céleri, et tomates avec vinaigrette italienne	Ketchup aux fruits	Salade de laitue, persil, et poivrons avec vinaigrette italienne	Salade de laitue, radis, et concombres avec vinaigrette italienne	Olives et concombres
Dessert	Pêches en dés	Ananas en dés	Poires en dés	Compote de pommes	Pêches et poires en dés	Abricots en moitiés	Salade de fruits tropicaux

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU

MARS 2024							AVRIL 2024							JUIN 2024						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
					1	2														
3	4	5	6	7	8	9		1	2	3	4	5	6							1
10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13	2	3	4	5	6	7	8
17	18	19	20	21	22	23	14	15	16	17	18	19	20	9	10	11	12	13	14	15
24	25	26	27	28	29	30	21	22	23	24	25	26	27	12	13	14	15	16	17	18
31							28	29	30					16	17	18	19	20	21	22
														19	20	21	22	23	24	25
														23	24	25	26	27	28	29
														26	27	28	29	30	31	
														30						

SE RÉFÉRER AU CALENDRIER POUR IDENTIFIER LA SEMAINE DE MENU