

SEMAINE 3

| Jour | | Déjeuner | Dîner | Souper |
|----------|--------------------|--|--|---|
| Dimanche | Salade verte | <ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Corn Flakes Rôties & confiture de fraises Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Pain de viande porc et abricot (S)</u> Patates bouillies Haricots jaunes Pouding au riz | <ul style="list-style-type: none"> Soupe au chou <u>Poulet à la king (S)</u> Servi sur pain Pois et carottes Poires |
| Lundi | Salade de carottes | <ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Bran Flakes <u>Oeuf poché</u> Rôties & confiture de fraises Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Burger au thon (S)</u> Laitue et tomate Blé d'inde Carré aux dattes | <ul style="list-style-type: none"> Soupe à la courge rôtie <u>Macaroni au fromage avec éclats de légumes (S)</u> Brocoli Pommes à la cannelle |
| Mardi | Salade verte | <ul style="list-style-type: none"> Gruau Spécial K Rôties & marmelade Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Pizza végétarienne</u> Salade maison Gâteau au citron et aux graines de pavot | <ul style="list-style-type: none"> Soupe carottes-agrumes <u>Sloppy joes (S)</u> Légumes soleil levant Pêches |
| Mercredi | Salade verte | <ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Corn Flakes <u>Oeuf frit</u> Rôties et confiture de framboises Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Brochette de poulet</u> Riz Poivrons verts et oignons Petits fruits et crème | <ul style="list-style-type: none"> Soupe tomate-légumes <u>Quiche Lorraine avec croûte (S)</u> Purée de pommes de terre Betteraves Pouding à la vanille |
| Jeudi | Salade d' orzo | <ul style="list-style-type: none"> Gruau Rice Krispies Rôties et confiture de bleuets Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Rôti de bœuf</u> Pommes de terre rôties au romarin Chou-fleur rôti Fruits de saison | <ul style="list-style-type: none"> Crème de champignons <u>Salade pois chiches et carottes (S)</u> Fromage Cheddar Petit pain Gâteau à la noix de coco |
| Vendredi | Salade de chou | <ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Bran Flakes <u>Oeuf brouillé</u> Rôties et confiture de fraises Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Poisson & frites</u> Salade de chou Compote pomme-pêches | <ul style="list-style-type: none"> Soupe aux légumes <u>Boulettes de poulet aux pêches et gingembre (S)</u> Riz blanc Haricots verts Sundae au caramel |
| Samedi | Salade de haricots | <ul style="list-style-type: none"> Gruau Cheerios Rôties & marmelade Jus d'orange | <ul style="list-style-type: none"> <u>Macaroni & bœuf à l'Orientale (S)</u> Salade de fruits | <ul style="list-style-type: none"> Soupe minestrone <u>Sandwich grillé au fromage</u> Petits pois Yogourt crémeux aux fruits |

- THÉ, CAFÉ, LAIT, BOISSON DE SOYA JUS DE TOMATE OU JUS DE FRUIT OU OFFERT SUR DEMANDE.
- (S) CONVIENT AUX DIÈTES MOLLES
- UNE VARIÉTÉ DE SOUPES SONT OFFERTES POUR LE DÎNER SUR DEMANDE. LA SOUPE EST REMPLACÉE PAR UNE BOISSON FROIDES PAR TEMPS CHAUD ET HUMIDE. VEUILLEZ LE PRÉCISER À LA DIÉTÉTISTE SI VOUS DÉSIREZ LA SOUPE EN TOUT TEMPS.

Sandwichs offerts : œufs, poulet, fromage et tomate, jambon et fromage, beurre d'arachide et confiture

Spéciaux de la semaine offerts au dîner et au souper:

(Veuillez commander à l'avance auprès de la diététiste.)

1. Wrap à la dinde et aux légumes
2. Tortellini au fromage avec sauce tomate (S)