

SEMAINE 1

Jour		Déjeuner	Dîner	Souper
Dimanche	Salade de champignons	<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>Chili au poulet (S)</u> Petit pain Brocoli Pouding au citron 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe tomate et riz <u>Végépâté (S)</u> Pommes de terre aux fines herbes Haricots jaunes Salade de fruits
Lundi	Salade de carottes	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Raisin Bran <u>Oeuf poché</u> Rôties & confiture de fraises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Jambon au four</u> Sauce à l'ananas Purée de pommes de terre Chou en crème Pêches 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe aux légumes <u>Pastitsio (S)</u> (pâtes avec viande et sauce béchamel) Betteraves Biscuit de Mme Samatas
Mardi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Spécial K Rôties & marmelade Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Brunch: œuf brouillé, pommes de terre rissolées, bacon, tranche de tomate</u> Muffin aux bleuets 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe aux pois canadienne <u>Bâtonnets de poisson (S)</u> Sauce tartare Purée de pommes de terre Légumes de jardin Pommes à la cannelle
Mercredi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Corn Flakes <u>Oeufs brouillés ciboulette et fromage</u> Rôties & confiture de framboises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Pâté au poulet (S)</u> Purée de pommes de terre Fruits de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe au poulet et aux légumes <u>Coquilles avec sauce aux lentilles (S)</u> Légumes soleil levant Mousse tiramisu
Jeudi	Salade de chou	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Rice Krispies Rôties et confiture de framboises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Smoked meat</u> Frites Salade de chou Compote fraises et rhubarbe 	<ul style="list-style-type: none"> Potage à la courge rôtie <u>Boulettes à la dinde (S) Sauce tomate</u> Riz pilaf Légumes style californien Gâteau Jello
Vendredi	Salade de betteraves	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Raisin Bran <u>Oeufs brouillés</u> Rôties et confiture de fraises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Poisson gratiné (S)</u> Pomme de terre au four Haricots verts Compote pêche et pomme 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe minestrone <u>Pain doré à la cannelle (S)</u> <u>Fromage (S)</u> Bananes et fruits en saison Yogourt aux fruits
Samedi	Sal. de quinoa et de haricots	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Cheerios Rôties & marmelade Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Bœuf bourguignon</u> Purée de pommes de terre à l'ail Carottes Pouding au tapioca 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe carottes-agrumes <u>Macaroni au fromage (S)</u> Brocoli Ananas

- **Offerts sur demande** : thé, café, lait, boisson de soya, jus de tomate, jus de fruits
- **(S)** convient à la diète régulière-molle

Sandwichs offerts :

œufs, poulet, fromage & tomate, jambon & fromage, beurre d'arachide & confiture

Spéciaux de la semaine offerts au dîner et au souper:

1. Sandwich au thon (S)
2. Boulettes (S) – sélectionner une sauce au choix : miel & moutarde, BBQ ou aigre douce