

SEMAINE 2

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>Pâté chinois à la dinde et aux lentilles avec chutney aux fruits (S)</u> Haricots verts et jaunes Crème glacée à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe aux carottes et gingembre <u>Boulettes de porc (S)</u> Sauce teriyaki Riz blanc Légumes style Californien Salade de fruits
Lundi	Salade de chou	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Raisin Bran Flakes <u>Oeuf poché</u> Rôties & confiture de fraises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Lasagne végétarienne (S)</u> Choux de Bruxelles Pouding au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe poulet et nouilles <u>Bâtonnets de poisson (S)</u> Petits pois Purée de pommes de terre aux fines herbes Pêches
Mardi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Special K <u>Crêpes avec sirop d'érable</u> (compote de pommes pour les diabétiques) Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Poulet ananas et sésame</u> Riz blanc Pouding au citron 	<ul style="list-style-type: none"> Crème de tomate <u>Croissant à la salade aux œufs (S)</u> Salade de betteraves Poires
Mercredi	Crudités	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Corn Flakes <u>Oeufs brouillés au fromage et ciboulette</u> Rôties et confiture de framboises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Hamburger (S)</u> Frites Salade de chou Fruits d'été 	<ul style="list-style-type: none"> Crème de poireaux <u>Pâtes (coquilles) sauce aux lentilles (S)</u> Légumes soleil levant Biscuit à la mélasse
Jeudi	Salade de chou arc-en-ciel	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Rice Krispies Rôties et confiture de bleuets Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Poulet au beurre (S)</u> Riz basmati Carottes Mousse aux pêches 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe aux pois canadienne <u>Pain doré à la cannelle (S)</u> <u>Fromage (S)</u> Banane et petits fruits Jello à l'orange
Vendredi	Salade de quinoa et de haricots	<ul style="list-style-type: none"> Crème de blé Raisin Bran Flakes <u>Oeuf brouillé</u> Rôties et confiture de fraises Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Saumon sauce crémeuse à l'aneth (S)</u> Nouilles aux œufs Choux de Bruxelles rôtis Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe bœuf & nouilles <u>Salade au jambon (S)</u> Salade de légumes rôtis Petit pain Gâteau à la noix de coco
Samedi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> Gruau Cheerios Rôties & marmelade Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Boulettes de viande à la sauce tomate (S)</u> Purée de pommes de terre Haricots verts Ananas 	<ul style="list-style-type: none"> Crème de champignons <u>Omelette aux fines herbes et fromage (S)</u> Légumes rôtis et patates douces Yogourt crémeux aux fruits

- **Offerts sur demande** : thé, café, lait, boisson de soya, jus de tomate, jus de fruits
- **(S)** convient à la diète régulière-molle
- **Soupe** servie sur demande lors des journées chaudes. Veuillez le préciser à la diététiste si vous désirez la soupe peu importe la température.

Sandwich offerts :

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

Spéciaux de la semaine offerts au dîner et au souper :

1. Poulet à la vapeur (S) – Une sauce au choix : Miel & moutarde, BBQ ou aigre douce
2. Assiette froide (salade du jour, œuf cuit dur, viande froide, pain et beurre)