



1re SEMAINE

2022 2023
29 août 30 janvier
26 septembre 6 mars
24 octobre 3 avril
21 novembre 1 mai
19 décembre 29 mai

2e SEMAINE

2022 2023
5 septembre 9 janvier
3 octobre 6 février
31 octobre 13 mars
28 novembre 10 avril
8 mai
5 juin

3e SEMAINE

2022 2023
12 septembre 16 janvier
10 octobre 13 février
7 novembre 20 mars
5 décembre 17 avril
15 mai

4e SEMAINE

2022 2023
19 septembre 23 janvier
17 octobre 20 février
14 novembre 27 mars
12 décembre 24 avril
22 mai

1re SEMAINE	2e SEMAINE	3e SEMAINE	4e SEMAINE
LUNDI Crème de tomates LUNDI SANS VIANDE Macaroni Fiesta (sauce au fromage, légumineuse) Salade de fruits	LUNDI Soupe jardinière LUNDI SANS VIANDE Tofu au beurre (riz et haricots verts) Compote de fruits	LUNDI Potage de légumes LUNDI SANS VIANDE Pizza ÉNERGIE (crudités) Salade de fruits	LUNDI Soupe aux légumes LUNDI SANS VIANDE Coco-cari (pois chiches, riz et courgettes) Compote de fruits
MARDI Minestrone Boulettes suédoises (porc et boeuf) (pâtes à l'ail et carottes juliennées) Croustillant aux fruits	MARDI Crème de poireaux Penne au poulet Alfredo (brocolis) Gâteau aux carottes	MARDI Soupe poulet et nouilles Porc tériyaki style sauté (riz et mélange oriental) Gâteau à la vanille	MARDI Potage de carottes Enchiladas étagé à la dinde (maïs en grains) Pouding chômeur
MERCREDI Crème de patates douces MERCREDI POP Pâté au poulet (légumes jardiniers) Gâteau au chocolat	MERCREDI Soupe tomate et orzo MERCREDI POP Pâté chinois (porc et boeuf) (pois et carottes) Yogourt	MERCREDI Crème de courges MERCREDI POP Pain de viande au fromage (pommes de terre en cubes et brocoli) Pouding au chocolat	MERCREDI Soupe poulet et riz MERCREDI POP Jambon à l'érable (pommes de terre en purée, légumes du jour) Tartelette au citron
JEUDI Soupe au boeuf et nouilles Filet de poisson multigrains (pommes de terre en cubes et mélange oriental) Croustade aux pommes	JEUDI Crème de brocolis Porc cubain à l'orange (purée de courge et pommes de terre et légumes du jour) Tartelette aux fraises	JEUDI Soupe tomate et riz Boulettes de poulet sucrées au miel (vermicelles et légumes) Gâteau aux petits fruits	JEUDI Potage du jour Lasagnettes au veau (légumes jardiniers) Renversé aux bleuets
VENDREDI Crème de légumes Lasagne à la viande (crudités) Pouding vanille	VENDREDI Soupe au boeuf et orge Inspiration Au gré des saisons (sept à déc) et Explorateur (janv à mai) Carré aux dattes	VENDREDI Crème de poulet Bouchées de saumon à l'ananas (couscous et légumes soleil) Pain aux bananes et mélasse	VENDREDI Soupe boeuf et légumes Poulet à l'italienne (orzo aux légumes - pois et carottes) Dessert du moment

MENU THÉMATIQUE

HALLOWEEN 31 OCTOBRE
NOËL 15 DÉCEMBRE
ST-VALENTIN 14 FÉVRIER
CABANE À SUCRE 17 MARS
PÂQUES 6 AVRIL
JOURNÉE BBQ 9 JUIN

*voir www.lanielstlaurent.ca pour les détails

MENU EXPLORATEUR au gré des saisons

9 SEPTEMBRE BOULETTES SAUCE AUX POMMES
7 OCTOBRE VEAU AUX LÉGUMES D'AUTOMNE
2 DÉCEMBRE CIGARE AU CHOU ÉTAGÉ
13 JANVIER COUSCOUS MAROCAIN AU POULET
14 AVRIL TOFU GÉNÉRAL TAO
12 MAI POULET SHISH TAOUK

MENU ALTERNATIF

SEPTEMBRE-OCTOBRE-NOVEMBRE

Tortilla à la dinde,
macaroni à la viande,
Pizza fromage ou Boite à lunch

DÉCEMBRE-JANVIER-FÉVRIER-MARS

Tortilla au boeuf Sud-Ouest,
pâté chinois végétarien,
Macaroni aux tomates & fromage
ou Boite à lunch

AVRIL-MAI-JUIN

Tortilla au poulet César,
Spaghetti sauce à la viande,
Pizza au fromage
ou Boite à lunch

50% ET PLUS DE CE METS EST COMPOSÉ D'ALIMENTS DU QUÉBEC OU TRANSFORMÉS AU QUÉBEC



6.95 \$ REPAS COMPLET

(soupe ou jus de légumes, assiette, dessert et boisson)



Laniel St-Laurent
services alimentaires

