



Semaine 1		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner	Soupes	Crème de chou-fleur	Soupe santé aux légumes	Soupe de légumes et alphabets	Soupe de courgette et maïs	Potage de légumes	Soupe au poulet	Soupe du Bûcheron
	Mets principaux	Poulet aux fines herbes	Pâté, œufs et pommes de terre	Boulettes de veau, porc et bœuf	Ragoût de bœuf	Poulet en sauce crémeuse	Fagioli	Sandwich viande fumée
	Légumes	Asperges	Salade grecque	Brocoli	Choux de Bruxelles	Légumes de la Nouvelle Angleterre	Salade aux légumes d'hiver	Salade de chou
	Féculents	Pommes de terre en purée	---	Pommes de terre rôties	Nouilles aux œufs persillées	Pommes de terre vapeur	---	Chips
	Desserts	Tarte au sucre	Poire et crème	Profiteroles	Pouding au caramel	Carré aux dattes	Salade de fruits frais	Pouding chômeur
Souper	Mets principaux	Poisson grillé au citron	Jambon glacé épicé	Ragoût de veau aux légumes	Hamburger du chef	Poisson, sauce à l'aneth	Sauté de bœuf à la Sichuan	Lanières de veau au poivron
	Légumes	Courgettes grillées	Légumes croquants du jardin	Haricots de Lima	Salade d'épinards	Champignons	Carottes et haricots verts aux herbes	Navet au beurre
	Féculents	Rotini blé entier avec persil	Pommes de terre bouillies	Patates douces aux fines herbes	---	Pommes de terre grelot	---	Pommes de terre rôties
	Desserts	Velouté au café	Pouding au riz	Mandarines	Coupe de fruits	Mousse au chocolat	Cup cake	Carré Rice Krispies
Semaine 2		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner	Soupes	Potage crécy au gingembre	Soupe d'automne	Crème de champignons	Soupe de légumes et miel	Soupe à la courge	Soupe minestrone	Crème de brocoli
	Mets principaux	Pâtes au brocoli et œufs au gratin	Galette dinde teriyaki	Quiche aux légumes	Casserole saucisses et riz	Sauté de bœuf brocoli et gingembre	Crêpe légumes et fromage	Veau délice aux pommes
	Légumes	Salade jardinière	Maïs	Salade arc-en-ciel	Duo d'haricots	---	Courgette grillée	Tomate cuite au four
	Féculents	---	---	---	---	Nouilles de riz	---	Pommes de terre rouges en purée
	Desserts	Tarte aux cerises	Gâteau au fromage et coulis de fruits	Pêches et crème	Tarte aux noix et poires	Brownies	Croustade aux bleuets	Pouding au pain
Souper	Mets principaux	Porc rôti assaisonné	Saumon à l'orientale	Hamburger steak	Scalopini de veau	Poulet gratiné à l'asiago	Poisson à l'Italienne	Lasagne gratiné
	Légumes	Légumes vapeur	Légumes sautés à l'orientale	Chou au beurre et persil	Pois mange-tout et haricots	Légumes grillés au four	Légumes en bâton grillés	Salade du chef
	Féculents	Pommes de terre braisées	Pommes de terre sablées	Pommes de terre vapeur	Patates douces et navet en purée	Pomme de terre au four garnie	Salade de quinoa	---
	Desserts	Pouding au citron	Coupe fromage cottage, yogourt à la mangue	Galette de Marilor	Pouding à la vanille	Yogourts variés	Biscuit smores	Gâteau Reine Élisabeth



Semaine 3		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner	Soupes	Consommé de légumes et chou Chinois	Minestrone au poulet	Soupe asiatique	Crème de céleri, pomme et cari	Soupe de légumes et riz brun	Chaudrée de lentilles	Ratatouille de la récolte
	Mets principaux	Ragoût porc et légumes	Brochette d'agneau à la Grec	Bœuf stroganoff	Poulet Cacciatore	Penne à la Gigi	Omelette aux champignons	Bouchées marinées
	Légumes	Haricots de Lima au beurre	Tomates marinées	---	Choux de Bruxelles	---	Betteraves	Carottes et pois mange-tout
	Féculents	---	---	Pommes de terre sablées	Linguine au basilic	---	Pommes de terre Lyonnaises	Rotini de blé entier avec persil
	Desserts	Tarte au sucre	Poire et crème	Profiteroles	Pouding au caramel	Carré aux dattes	Salade de fruits frais	Pouding chômeur
Souper	Mets principaux	Poulet parmesan	Jambon au four	Tourtière et ketchup maison	Poisson, sauce aux agrumes	Sandwich rôti de bœuf chaud	Escalope de veau au romarin	Rôti de bœuf succulent
	Légumes	Maïs Mexicain	Légumes mélangés	Légumes de Californie	Chou vert avec raisins	Salade de chou 2 couleurs	Navet	Légumes du jardin vapeur
	Féculents	Pommes de terre rôties	Pomme de terre crémeuse à la Normande	Riz 7 grains	Patate douce aux agrumes et gingembre	Chips	Riz aux fines herbes	Pommes de terre en purée
	Desserts	Velouté au café	Pouding au riz	Mandarines	Coupe de fruits frais	Mousse au chocolat	Cup cake	Carré Rice Krispies
Semaine 4		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dîner	Soupes	Crème de champignons dorés	Soupe aux tomates	Potage de légumes	Soupe maraîchère	Potage parmentier	Soupe verte émeraude	Potage panais et carottes
	Mets principaux	Sauté de bœuf, sauce aigre-douce	Poitrine de poulet du verger	Général Tao végétarien	Macaroni au fromage	Tourtière	Pain de viande au veau, sauce tomate-basilic	Burritos
	Légumes	Brocoli et carottes	Légumes mélangés	Légumes sautés à l'orientale	Courges musqués grillées	Betteraves	Maïs Mexicain	Salade de chou
	Féculents	Pommes de terre vapeur	Fettucine aux herbes	Nouilles de riz	---	Patates bouillies	Pommes de terre en purée	Frites
Desserts	Tarte au sucre	Gâteau au fromage et coulis de fruits	Pêche et crème	Tarte aux noix et poire	Brownies	Croustade aux bleuets	Biscuit smores	
Souper	Mets principaux	Jambon glacé	Filet de poisson style Cajun	Pâté Chinois	Coquille St-Jacques	Mini pain farci BBQ	Longe de porc, sauce aux framboises	Linguine carbonara
	Légumes	---	Haricots de Lima	Betteraves marinées	Salade campagnarde	Salade de concombres	Aubergine grillée	Salade César
	Féculents	Pommes de terre grelot	Pommes de terre en purée	---	---	Chips	Pommes de terre braisées	---
	Desserts	Pouding au citron	Coupe fromage cottage, yogourt à la mangue	Galette de Marilor	Pouding à la vanille	Yogourts variés	Desserts variés	Gâteau Reine Élisabeth