



# Menu 2023-2024

# POPOTE ROULANTE

REPAS CHAUD		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Semaine du:	11 sept. 20 nov. 12 févr. 29 avril	16 oct. 8 janv. 25 mars 3 juin	♥ Croquettes de Poulet Sauce Salsa Riz et légumes	Tranche de jambon Sauce aigre douce Pommes de terre & légumes	Pizza aux deux fromages Sauce tomate Salade à l'inspiration du Chef	♥ Penne sauce à la viande Salade jardinière	
	18 sept. 27 nov. 19 févr. 6 mai	23 oct. 15 janv. 1er avril 10 juin	♥ Macaroni au fromage et tofu soyeux Légumes du jour	Pâté chinois Légumes du moment	Galette de saumon Velouté aux agrumes Légumes & riz au curcuma	Sauté de Porc au miel Pommes de terre & légumes	
	25 sept. 4 déc. 26 fev 13 mai	30 oct. 22 janv. 8 avril 17 juin	Pain de viande de bœuf sauce demi-glace Pommes de terre & Légumes du jour	Pizza Mexicaine (poivrons, haricot rouges, sauce tomate et mozzarella) Crudités	♥ Lasagne sauce à la viande & épinards Légumes du moment	Poulet sauce BBQ Purée de pommes de terre & Patates douces Salade de chou	
	2 oct. 11 déc. 11 mars 20 mai	6 nov. 29 janv. 15 avril	♥ Chili végétarien (Protéine végétale texturée, tomates, cumin & légumes ) Croustilles maison	Tofu Général Tao Riz et légumes	♥ Spaghetti Sauce à la viande Salade César	♥ Poulet Moutarde & Miel Pommes de terre rôties Brocoli	
	9 oct. 18 déc. 18 mars 27 mai	13 nov. 5 fev 22 avril	Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz & légumes	Mijoté de bœuf Pommes de terre à la grecque Haricots verts	♥ Boulette porc & veau Sauce tomate Pâtes aux fines herbes Légumes du jour	Sauté de poulet Sauce crémeuse Couscous aux légumes	
Dessert	<b>Dessert (en alternance)</b>		Fruits-yo-cé Pouding saveur du moment Compote de fruits	Muffin santé Biscuit Chobaco Biscuit à l'avoine	Compote de fruits Compote de pommes Carré aux fruits	Gateau aux bananes Bagatelle au yogourt Gâteau du jour	
	<b>Dessert diabétique</b>		Salade de fruits Compote de fruits	Galette à l'avoine Muffin santé	Yogourt Croustade aux fruits	Compote de pommes Mousse au chocolat	

Aliment de blé entier  
ou a grains entiers

