LES P'TITS BECS FINS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE #1 ; 31 aout, 5 oct, 9 nov, 14 déc, 25 janv, 8 mars, 12 avril, 17 mai, 21 juin					
SOUPE	Soupe poulet et nouilles	Soupe au chou	Soupe boeuf et orges	Crème de carottes	Soupe minestrone
MENU DU JOUR	Pâtes sauce du chef, crudités et trempette	Poutine galvaude maison	Tacos de boeuf, riz mexicain, laitue, fromage	Sous marin au choix du chef	Quiche jardinière et salade du chef
DESSERT	Muffins	Salade de fruits	Galettes à l'avoine	Gâteau du chef	Croustade aux fruits
SEMAINE #2 ; 7 sept, 12 oct, 16 nov, 21 déc, 1er fév, 15 mars, 19 avril, 24 mai					
SOUPE	Soupe boeuf et nouilles	Soupe poulet et légumes	Soupe aux lentilles	Soupe tomates et riz	Potage de patates douces
MENU DU JOUR	Fish & chip, salade de chou et pommes de terre rissolées	Lasagne et salade	Salade césar au poulet ou tofu grillé	Hamburger de boeuf ou poulet, crudités et trempette	Saucisses porc et boeuf, pommes de terre pilées et légumes
DESSERT	Yogourt aux fruits	Crème glacé	Biscuits	Cupcakes	Fruits frais
SEMAINE #3 ; 14 sept, 19 oct, 23 nov, 4 janv, 8 fév, 22 mars, 26 avril, 31 mai					
SOUPE	Soupe poulet et légumes	Soupe boeuf et riz	Soupe tomates et nouilles	Soupe minestrone	Crème du jour
MENU DU JOUR	Boulettes suédoise, pommes de terres pilées et haricots verts	Spaghetti sauce à la viande, salade césar	Pizza, crudités et trempette	Pilon de poulet sauce ranch, riz et légumes	Sandwich sur muffin anglais oeuf, jambon et fromage et salade jardinière
DESSERT	Compote de fruits	Brownies aux courgettes	Pouding au riz	Gâteau aux pommes style croustade	Fruits frais
SEMAINE #4 ; 21 sept, 26 oct, 30 nov, 11 janv, 15 fév, 29 mars, 3 mai, 7 juin					
SOUPE	Soupe tomates et riz	Soupe boeuf et orge	Soupe aux pois	Soupe poulet et nouilles	Crème jardinière
MENU DU JOUR	Couscous royal au poulet et légumes de saison	Rotini au fromage, brocolis et chou fleur. Crudités et trempette	Crêpes / pains dorés, saucisses et fruits frais. Fèves au lard	Hamburger de poisson, salade de chou et pommes de terre rissolées	Casserole mexicaine style burrito végétarienne, chips de maïs et laitue
DESSERT	Yogourt aux fruits	Gâteau aux bananes	Gelée aux fruits	Pouding chômeur	Fruits frais
SEMAINE #5 ; 28 sept, 2 nov, 7 déc, 18 janv, 22 fév, 5 avril, 10 mai, 14 juin					
SOUPES	Soupe poulet et riz	Soupe boeuf et légumes	Soupe aux lentilles	Soupe tomates et nouilles	Soupe à l'oignon
MENU DU JOUR	Macaroni sauce à la viande, crudités et trempettes	Croque monsieur au jambon, fromage et tomates. Salade du chef	Pâté chinois et salade de betteraves	Salade niçoise au thon et oeufs dûrs	Brochette de poulet, riz et légumes vapeurs
DESSERT	Yogourt aux fruits	Trottoir aux fruits	Pouding au tapioca et noix de coco	Cupcakes aux fruits	Fruits frais

À la carte

Petite soupe	1,25$
Grande soupe	1,75$
Petite salade césar	2,75$
Grande salade césar	4,00$
Salade repas ; oeufs/jambon/poulet/thon	5,50$
Assiette de crudités & trempette	1,50$
Portion de fromage	1,25$
Sandwich ou wrap ; oeufs/jambon/poulet/thon	3,25$
Sandwich grillé au fromage	3,25$
Bagel au blé fromage à la crème	3,25$
Pizza froide aux tomates	2,50$
Dessert du jour	1,00$
Muffin maison	1,00$
Galette maison	1,00$
Fruit individuel	0,75$
Lait 200ml	1,00$
Lait au chocolat 200ml	1,25$
Jus de fruit 200ml	1,25$
Collation aux fruits	0,50$
Croustilles aux légumes	1,25$
Pop corner	1,50$
Corn nuts	1,50$
Biscuits chinois	0,25$

LÉGENDE :

- Ajout de grains entiers (pain / farine)
- Ajout de fibres (légumineuses / protéine végétale)
- Option végétarienne
- Contient du porc