

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Semaine 1

26 août 24 fév.
23 sept. 23 mars
21 oct. 20 avril
18 nov. 18 mai
16 déc. 15 juin
27 janv.

Soupe poulet et vermicelles*

Boulettes teriyaki
Poisson à la grecque
Riz Pilaf
Fleurons de brocoli*
Salade de carottes

Soupe aux légumes
Lasagne à la viande
Sauté de porc et brocoli à la sauce Hoisin*
Vermicelles de riz
Chou-fleur au paprika
Salade d'épinards et oignons rouges

Potage Crécy
Poulet piri piri,
Pommes de terre en quartiers
Ciabatta aux oeufs
Salade du chef
Duo de haricots*

Soupe Minestrone*
Bifteck sauce lyonnaise
Purée de pommes de terre
Petits pois
Wrap à la viande effilochée
Salade de chou, mangue et coriandre

Soupe bœuf et orge
Tortellinis sauce rosée
Salade César
Poulet à la citronnelle
Nouilles cantonaises
Légumes asiatiques

Menu du jour :

Incluant :

- la soupe
- le plat principal
- lait ou
- jus pur à 100 % ou
- bouteille d'eau 500 ml
- le dessert du jour

Semaine 2

02 sept. 02 mars
30 sept. 30 mars
28 oct. 27 avril
25 nov. 25 mai
06 janv. 22 juin
03 fév.

Crème de courge*
Pilons de poulet tandoori
Riz basmati
Quésailles aux haricots noirs
Salade verte et chou rouge
Carottes jaunes

Soupe tomates et riz
Macaroni au fromage
Salade de légumes grillés
Bœuf bourguignon
Boucles aux herbes
Bâtonnets de panais et carottes rôties champêtres*

Crème de chou-fleur
Burger de dinde maison Tennessee*
Salade de chou
Filet de porc à la jamaïcaine
Riz aux haricots noirs
Haricots verts*

Soupe aux pois
Poulet au lait de coco
Couscous
Gratin Tex-Mex
Salade croquante
Brocoli sur tiges*

Soupe poulet et quinoa
Veau parmesan maison*
Croquettes de goberge et mayonnaise épicée
Fettuccine au citron
Salade mesclun
Jardinière de légumes

6,15 \$

Un bon mode de paiement, la carte café du service alimentaire!

Vous décidez du montant et choisissez l'un des modes de paiement suivant :

Par chèque au nom du Groupe Compass (Québec) Ltée

Sur notre site Internet

www.mazonecaf.com

(Visa et Mastercard)



Semaine 3

09 sept. 10 fév.
07 oct. 09 mars
04 nov. 06 avril
02 déc. 04 mai
13 janv. 1^{er} juin

Crème de champignons
Poulet au beurre*
Riz au cumin
Quiche jardinière
Salade d'épinards
Choux de Bruxelles rôtis

Soupe à l'oignon*
Spaghetti, sauce à la viande
Dinde florentine sur pain grillé
Salade César

Soupe poulet et vermicelles*
Pâté chinois à la dinde avec patates douces *
Salade de betteraves et pommes
Croque-thon
Salade verte

Soupe cultivateur
Gnocchis à la saucisse italienne
Satay de bœuf
Riz aux herbes
Salade du marché
Courgettes au four

Crème de brocoli*
Pâté au poulet
Burger végétarien
Salade du chef
Edamames et carottes jaunes*

Semaine 4

16 sept. 17 fév.
14 oct. 16 mars
11 nov. 13 avril
09 déc. 11 mai
20 janv. 08 juin

Soupe aux légumes*
Chili dans un bol
Pain de dinde aux pommes*
Duo de pommes de terre
Salade verte
Maïs et poivrons rouges*

Soupe aux lentilles
Macaroni végétarien gratiné
Cari de poulet
Couscous
Salade de chou crémeuse*
Fleurons de brocoli*

Soupe orientale
Sandwich chaud au poulet*
Purée de pommes de terre
Assiette de falafels
Pommes de terre à l'ail
Salade fattouche
Petits pois

Crème de poulet*
Pita à l'italienne
Filet de poisson à la mangue
Quinoa
Salade méditerranéenne
Macédoine «Soleil-levant»

Soupe paysanne
Pains farcis à la dinde
Dahl aux lentilles et pitas grillés
Salade du marché
Crudités



*Plats inscrits au programme Aliments du Québec au menu.

Contient 51 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée.

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

**PLUS DE RECETTES
CERTIFIÉES À VENIR.....
RESTEZ À L'AFFÛT !**