

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p><b>Semaine 1</b></p> <p>9 sept 27 janv 7 oct 24 fév 4 nov 24 mars 2 déc 21 avril 19 mai</p>	Poulet General Tao Riz basmati Fleurons de brocoli	Poisson gratiné Quinoa Légumes	Galette de bœuf Sauce aux oignons Purée de pommes de terre Légumes	Shish taouk au poulet Sauce tzatziki ou Pita florentine  Laitue, tomate, oignon	Pâtes aux tomates et trois fromages Légumes
<p><b>Semaine 2</b></p> <p>16 sept 3 fév 14 oct 3 mars 11 nov 31 mars 9 déc 28 avril 6 janv 26 mai</p>	Poulet Marrakech Couscous Légumes	Saumon à la thaï Riz Légumes	Boulettes de veau sauce Stroganoff Pâtes d'accompagnement Légumes	Fajitas au poulet ou Quesadilla végétarienne Sauce salsa Salade de maïs	Quiche Pommes de terre rôties Légumes
<p><b>Semaine 3</b></p> <p>23 sept 10 fév 21 oct 10 mars 18 nov 7 avril 16 déc 5 mai 13 janv 2 juin</p>	Poulet parmesan Pâtes d'accompagnement Légumes	Poisson en croûte Pommes de terre en quartiers Salade de chou	Bœuf à la mexicaine Riz Légumes	Hambourgeois (bœuf, poulet ou végétarien)  Laitue Tomate Cornichon	Tortellini au fromage Sauce rosée Légumes
<p><b>Semaine 4</b></p> <p>30 sept 17 fév 28 oct 17 mars 25 nov 14 avril 20 janv 12 mai 9 juin</p>	Poulet épicé Riz Légumes	Morue aux agrumes et fines herbes Pâtes au pesto Légumes	Kefta de bœuf Sauce au yogourt Couscous Légumes	Pizzas variées Salade César	Omelette au fromage Sauce salsa Pommes de terre rissolées Légumes

Fruit frais **gratuit** à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !



**LE MENU :**  
est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;  
peut être sujet à des changements sans préavis;  
n'est pas sans allergènes.

