



Semaine 1

Fajitas de poulet à la mexicaine
Pâté chinois
Croque mr légumes et jambon
Fricassé de légumes et pois chiches tomatée
Souvlaki de porc mariné et patates grecques

Semaine 2

Crêpe brocco, poulet et fromage
Médailillon de porc aux champignons
Pennes sauce rosée et veau haché
Croquette végété et mayo aux herbes
Petit pain gombo

Semaine 3

Lasagne à la viande au gratin
Pâté mexicain
Boulette de poulet florentine
Aiglefin croustillant et riz aux légumes
Poulet général tao

Semaine 4

Quésédillas jambon fromage et salade
Boeuf et légumes au sésame
Macaroni à la saucisses et tomates
Quiche jardinière et pommes de terre
Poulet au beurre et pain naan

Semaine 5

Sandwich au poulet, crudités-trempepette et cheddar
Chausson de saumon et légumes aux tomates séchées
Chili con carne et chips de maïs
Sauté de tofu et légumes asiatique
Pita pizza toute garnie et salade

Semaine 6

Petit pain aux oeufs et salade de macaroni
Boulettes de porc sucrée-salée et riz
Spaghetti à la viande
Poulet érable et moutarde
Coquille de poisson façon st-Jacques

