

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

1

Semaine

Date du menu 1

1 sept. 02 fév.
29 sept. 09 mars
27 oct. 06 avril
24 nov. 04 mai
05 janv. 01 juin

Tomate et riz	Soupe poulet et nouilles	Potage de carottes	Soupe orientale	Potage de légumes
Boulettes de bœuf à la suédoise Nouilles aux œufs carottes	Macaroni à la viande Légumes de saison	Poulet barbecue Pommes de terre purée Pois et arottes	Porc sauce aigre-douce Riz vapeur Haricots verts	Burger au poulet du Sud-Ouest Salade de chou
Tofu général tao Riz et carottes	Taco souple au poisson croustillant, sauce tartare Salade de pâtes et crudités	Frittata au brocoli et fromage Frite de patate douce, salade de chou	Choix du chef	Lasagne végétarienne Salade césar
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

2

Semaine

Date du menu 2

08 sept. 09 fév.
06 oct. 16 mars
03 nov. 13 avril
01 déc. 11 mai
12 janv. 08 juin

Soupe aux poulet et riz	Soupe aux légumes	Poulet et quinoa	Bœuf et orge	Potage de légumes
Pâté chinois classique au bœuf	Spaghetti aux boulettes de viande sauce tomate et basilique Salade césar	Casserole de saucisses Purée de pommes de terre Haricots verts	Poulet au beurre Riz basmati, brocoli	Hamburger de bœuf Salade de carotte et chou
Macaroni au fromage Brocoli	Pita végétarien, mayonnaise épicée Salade césar	Cari de pois chiche et de légumes racines Riz basmati	Choix du chef	Pâté au saumon sauce aux œufs, Purée de pommes de terre, légumes californiens
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

3

Semaine

Date du menu 3

15 sept. 16 fév.
13 oct. 23 mars
10 nov. 20 avril
08 déc. 18 mai
19 janv. 15 juin

Crème de tomate	Soupe à l'oignon	Soupe aux lentilles	Potage de carottes	Potage de légumes
Pâté au poulet Pomme de terre purée Haricots verts	Pain de viande sauce tomate Purée de pommes de terre carottes	Dinde, sauce chili thaï Riz basmati Brocoli	Lasagne classique au bœuf Salade du chef	Pizza pepperoni et fromage Salade césar
Sauté de tofu et légumes caramélisés Vermicelles de riz Haricots verts	Riz frit aux œufs, edamames et légumes, rouleau de printemps végété	Poisson à la grecque Pommes de terre en quartiers Légumes du jour	Choix du chef	Chili végétarien Croustilles de maïs
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

4

Semaine

Date du menu 4

22 sept. 26 janv.
20 oct. 30 mars
17 nov. 27 avril
15 déc. 25 mai

Crème de brocoli	Soupe poulet et nouilles	Potage de courge	Soupe aux légumes	Potage de légumes
Pâté parmentier	Croque-jambon Salade du jardin	Croquettes de poulet sauce BBQ ou miel Pommes de terre en cubes, salade césar	Hamburger steak, sauce à l'oignon Pomme de terre purées petits pois et carottes	Pâtes au poulet Alfredo Salade césar
Tofu parmigiana Riz basmati Brocoli	Macaroni chinois végétarien Salade du jardin	Bulgogi de bœuf (bœuf coréen) Riz basmati Brocoli	Choix du chef	Burger de poisson Salade césar
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

Assiette + 1 *article 7,85\$
Assiette + 2 *article 8,60\$
Assiette + 3 *article 8,95\$

Choisir parmi les articles suivants :

- Soupe 8 oz
- Lait, jus, eau
- Dessert du jour

Consultez nutrideli.ca
Faites l'achat de vos livrets repas et économisez !



Chaque coupon donne droit à l'assiette + 3 articles.