

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

1	Semaine	Tomate et riz	Soupe poulet et nouilles	Potage de carottes	Soupe orientale	Potage de légumes
Date du menu 1		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
1 sept. 02 fév. 29 sept. 09 mars 27 oct. 06 avril 24 nov. 04 mai 05 janv. 01 juin		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	Soupe aux poulet et riz	Soupe aux légumes	Poulet et quinoa	Bœuf et orge	Potage de légumes
Date du menu 2		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
08 sept. 09 fév. 06 oct. 16 mars 03 nov. 13 avril 01 déc. 11 mai 12 janv. 08 juin		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	Crème de tomate	Soupe à l'oignon	Soupe aux lentilles	Potage de carottes	Potage de légumes
Date du menu 3		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
15 sept. 16 fév. 13 oct. 23 mars 10 nov. 20 avril 08 déc. 18 mai 19 janv. 15 juin		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	Crème de brocoli	Soupe poulet et nouilles	Potage de courge	Soupe aux légumes	Potage de légumes
Date du menu 4		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
22 sept. 26 janv. 20 oct. 30 mars 17 nov. 27 avril 15 déc. 25 mai		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.