

Semaine du : _____ au _____

Séminaire Sacré-Cœur

	SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DÎNER	SOUPE / POTAGE	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour
	CHOIX VIANDE	Quésadilla au poulet et fromage	Goberge pané aux herbes	Poulet Teriyaki asiatique	Casserole bœuf et macaroni	Pizza au pepperoni
	CHOIX VÉGÉ	Quésadilla légumes/fromage	Omelette Légumes de jardins	Tofu croustillant Teriyaki	Macaroni marinara	Pizza fromage et légumes
	FÉCULENT	Riz mexicain	Riz	Nouille asiatique	***	***
	LÉGUME	Inclus	Carotte a l'aneth	Inclus	Inclus	Salade césar
	SALADE	Salade concombre et tomate	Salade de macaroni	Salade verte	Salade verte	Salade du jour
	DESSERT	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour



Semaine du : _____ au _____

Séminaire Sacré-Cœur

SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DÎNER	SOUPE / POTAGE	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour
	CHOIX VIANDE	Bœuf Kafta	Bol repas a la dinde et riz	Pâtes penne poulet et brocoli	Fajitas poulet	Mini burger au porc BBQ
	CHOIX VÉGÉ	Boulette végétalienne	Bol repas pois chiche et riz	Pates penne brocoli et sauce Alfredo	Fajitas poulet végétariens	Mini burger végétalien
	FÉCULENT		Riz coriandre et citron vert	inclus	Riz coriandre et citron vert	Frite
	LÉGUME	Taboulé, sauce tzatziki, tomate, concombre, oignon croustille pita	Inclus	Pain à l'ail	inclus	inclus
	SALADE	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour
	DESSERT	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour



Semaine du : _____ au _____

Séminaire Sacré-Cœur

SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DÎNER	SOUPE / POTAGE	Soupe du jour	Soupe Wonton	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour
	CHOIX VIANDE	Assiette boulette suédoises	Assiette chinoise	Lasagne sauce a la viande	Pâté chinois	Burger de poulet
	CHOIX VÉGÉ	Nouille aux œufs au beurre	Rouleaux impériaux Aux légumes	Lasagne sauce Marinara	Pâté chinois végétarien	Burger de poulet Végé
	FÉCULENT	Haricot vert	Riz aux légumes	Pain à l'ail	Inclus	Mini poutine
	LÉGUME	Inclus	Inclus	Inclus	Inclus	***
	SALADE	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour
	DESSERT	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour



Semaine du : _____ au _____

Séminaire Sacré-Cœur

SEMAINE 4		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
DÎNER	SOUPE / POTAGE	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour
	CHOIX VIANDE	Sandwich au poulet chaud	Spaghetti sauce a la viande	Haut de cuisses de poulet	Jambon à l'ananas	Gyro aux poulet grillé
	CHOIX VÉGÉ	Sandwich au poulet chaud végétarien	Spaghetti sauce marinara aux légumes	Poulet végétalien rôti aux herbes	Stir Fry aux tofu et légumes grillés	Sandwich aux fromage grillé
	FÉCULENT	Purée de pomme de terre	Pain à l'ail	Patate rissolée	Purée de pomme de terre	frite
	LÉGUME	Petit pois vert	Haricot rôtis à l'ail	Haricot rôtie a l'ail	Légumes à l'asiatique	inclus
	SALADE	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour
	DESSERT	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour



Semaine du : _____ au _____

Séminaire Sacré-Cœur

	SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DÎNER	SOUPE / POTAGE	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour	Soupe du jour
	CHOIX VIANDE	Rotini légumes et saucisses italienne	Poulet aux beurre et riz	Riz frit aux porc et légumes	Bœuf Lo mein	Hamburger
	CHOIX VÉGÉ	Rotini sauce rosée aux légumes	Samosa aux légumes	Riz frit aux légumes	Bol repas au tofu Teriyaki	Hamburger végétarien
	FÉCULENT	Inclus	Pain Naan	inclus	Inclus	Mini poutine
	LÉGUME	Inclus	Choux fleur grillé	Salade de quinoa et Canneberge	Fleurette de Brocoli	Piment doux, oignon frit
	SALADE	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour
	DESSERT	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

