



commande popote roulante



commande surgelés



livraison surgelés

Septembre

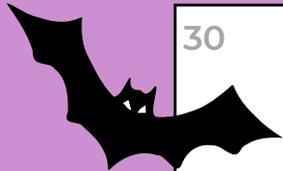
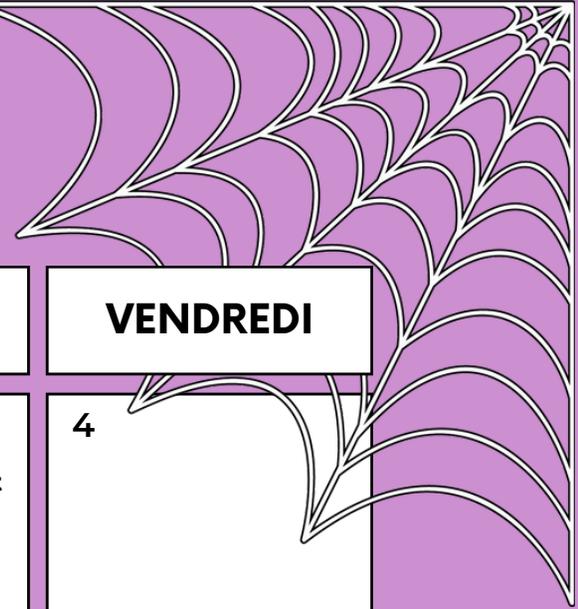
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 Férié - aucune livraison	3 Émincé de saucisses italiennes aux poivrons et haricots verts Pommes de terre à la grecque	4  Boulettes porc & veau Sauce tomate Pâtes aux fines herbes Légumes du jour	5 Sauté de poulet Sauce crémeuse Orge et légumes	6
9   Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	10   Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	11 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	12 Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	13
16 Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	17 Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	18 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	19 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	20
23 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	24 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	25 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	26 Fusillis sauce rosée au jambon et petits pois	27
30 Mijoté de boeuf Légumes racines Perles d'orge	1	2	3	4

 commande popote roulante

 commande surgelés

 livraison surgelés

Octobre



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
30	1 Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	2 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	3 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douces 	4
7 Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts 	8 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes 	9 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	10 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous	11
14 Férié - aucune livraison	15 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour 	16 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	17 Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	18
21 Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	22 Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	23 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	24 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	25
28 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	29 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	30 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	31 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois 	1



 commande popote roulante

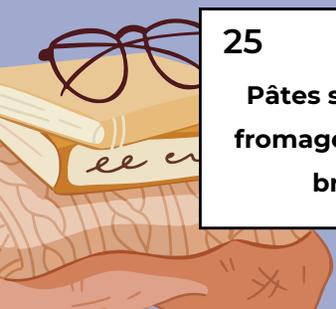
 commande surgelés

 livraison surgelés

Novembre



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
28	29	30	31	1
4 Mijoté de boeuf Légumes racines Perles d'orge	5 Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	6 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	7 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douce 	8
11   Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts	12   Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	13 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	14 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous	15
18 Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	19 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	20 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	21 Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	22
25 Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	26 Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	27 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	28 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	29





commande popote roulante



commande surgelés



livraison surgelés

Décembre



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	3 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	4 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	5  Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	6
9  Mijoté de boeuf Légumes racines Perles d'orge	10  Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	11 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	12 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douces	13
16 Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts	17 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	18 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	19  Ragout de boulettes Pommes de terre pilées Carottes et petits pois	20
23 Férié - aucune livraison	24 Férié - aucune livraison	25 Férié - aucune livraison	26 Férié - aucune livraison	27
30 Férié - aucune livraison	31 Férié - aucune livraison	1	2	3





commande popote roulante



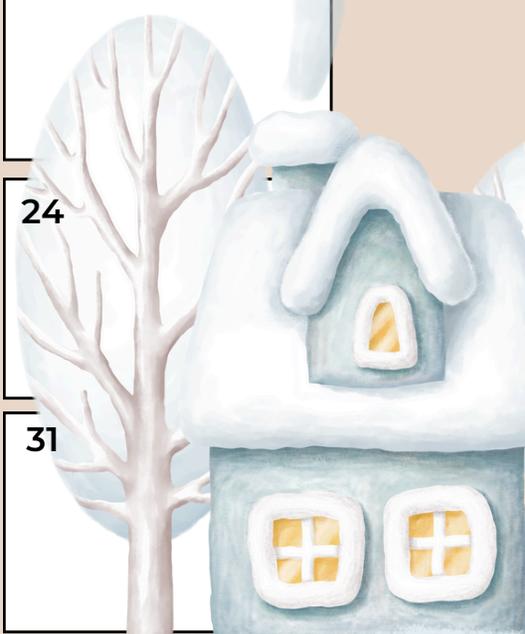
commande surgelés



livraison surgelés

Janvier

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
30	31	1 Férié - aucune livraison	2 Férié - aucune livraison	3
6 Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	7 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	8 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	9  Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	10
13   Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	14   Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	15 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	16 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	17
20 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	21 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	22 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	23 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	24
27 Mijoté de boeuf Légumes racines Perles d'orge	28 Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	29 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	30 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douces	31

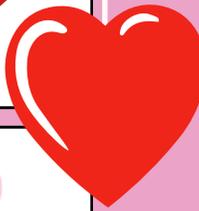


 commande popote roulante

 commande surgelés

 livraison surgelés

Février

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3 Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts	4 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	5 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	6 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous 	7  
10   Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	11   Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	12 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	13 Tortilla au poulet mexicain Cruditées et trempette	14 
17 Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	18 Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	19 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	20 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	21
24 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	25 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	26 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	27 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	28
3	4	5	6	7



commande popote roulante



commande surgelés



livraison surgelés

Mars

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3 Menu spécial - à venir	4 Menu spécial - à venir	5 Menu spécial - à venir	6 Menu spécial - à venir 	7
10   Mijoté de boeuf Légumes racines Perles d'orge	11   Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	12 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	13 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douces	14
17 Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts	18 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	19 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	20 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous	21
24 Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	25 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	26 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	27 Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	28
31 Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	1	2	3	4





commande popote roulante



commande surgelés



livraison surgelés

Avril

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
31	1 Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	2 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	3 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre 	4
7 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour 	8 Poulet BBQ  juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	9 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	10 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	11
14 Mijoté de boeuf  Légumes racines Perles d'orge	15 Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel) 	16 Jambon à l'érable  Omelette & fèves au lard Pommes de terre Betteraves rouges	17 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douces	18
21 Férié - aucune livraison	22 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	23 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	24 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous	25
28 Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	29 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	30 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	1	2

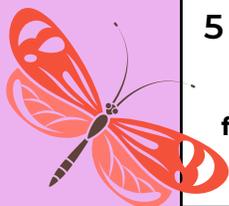
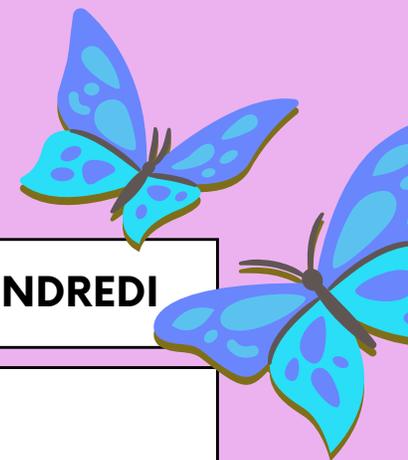


 commande popote roulante

 commande surgelés

 livraison surgelés

Mai



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
28	29	30	1  Pennes deux couleurs sauce à la viande Salade jardinière	2
5  Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	6  Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	7 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	8 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	9
12  Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	13 Poulet BBQ  juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	14 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	15 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	16
19 Férié - aucune livraison	20 Riz "frit" au poulet et légumes (légumes, oeuf brouillé, poulet, sauce soya, miel)	21 Spaghetti sauce bolognaise Salade César	22 Boulettes de poulet façon vol-au-vent Purée de patates douce	23
26 Dés de porc aux pommes Pommes de terre Haricots verts	27 Filet de poisson blanc cuit au four, sauce tartare Riz et légumes	28 Boulettes porc et veau Sauce tomate Polenta et légumes	29 Sauté de poulet marocain aux légumes et raisons secs Couscous	30

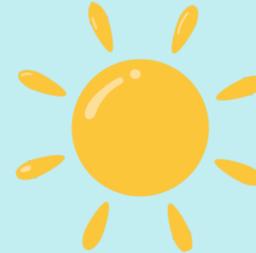


 commande popote roulante

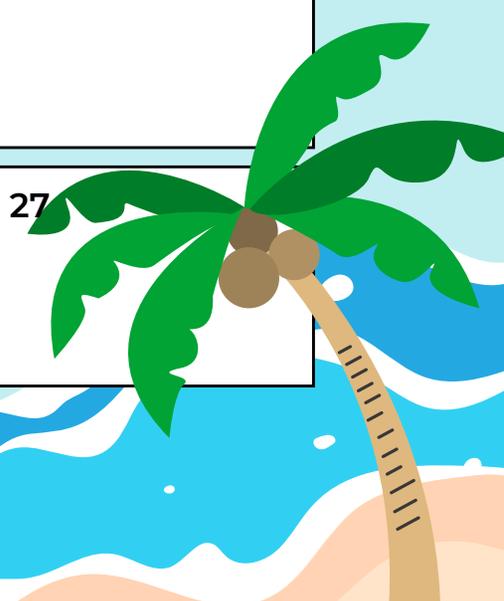
 commande surgelés

 livraison surgelés

Juin



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 Galette de poulet pané maison Sauce aigre-douce Riz et légumes	3 Jambon Hawaïen Pommes de terre et légumes du jour	4 Hamburger steak Pommes de terre et rutabagas	5 Pennes deux couleurs  sauce à la viande Salade jardinière	6
9   Pâtes spirales au fromage soyeux et brocoli	10   Sauté de Porc au miel Pommes de terre et légumes	11 Galette de saumon Crème aux herbes Légumes et riz au curcuma	12 Poulet mexicain Maïs et pommes de terre	13
16 Pain de viande de boeuf Pommes de terre et légumes du jour	17 Poulet BBQ juliennes de pommes de terre cuites au four salade de chou maison	18 Galette de porc sauce aux fruits Quinoa aux carottes	19 Fusilis sauce rosée au jambon et petits pois	20
23 Férié - aucune livraison	24 Menu d'été - à venir	25 Menu d'été - à venir	26 Menu d'été - à venir	27



Bon été !

**NOUVEAU
MENU**

Menu repas surgelés



Soupes

2 portions

Crème de carottes à l'orange	4.25 \$
Crème d'asperges	4.75 \$
Soupe bœuf et orge	4.25 \$
Soupe aux pois	4.25 \$
Soupe aux légumes	4.25 \$
Soupe à l'oignon	4.25 \$

Volaille

Riz frit au poulet	6.35 \$
Pilon de poulet sauce BBQ	6.35 \$
Lanières de dinde	7.20 \$
Pennes à la King	6.35 \$
Boulettes de poulet à l'indienne	6.35 \$

Boeuf

Cannelonis à la viande	6.35 \$
Boeuf aux carottes	7.20 \$
Boeuf bourguignon	7.20 \$
Cigare au chou	7.20 \$
Hamburger Steak	7.20 \$
Pain de viande	6.35 \$
Pâté chinois	6.35 \$
Lasagne à la viande	6.35 \$
Ragoût de boulettes	6.35 \$
Riz espagnol au boeuf	6.35 \$
Spaghetti sauce à la viande	6.35 \$
Macaronis chinois	6.35 \$

Porc

Boulettes de porc à la chinoise	6.35 \$
Longe de porc au pesto	6.35 \$
Saucisse porc et bœuf	6.35 \$
Jambon à l'ananas	6.35 \$

Pâtés

Quiche lorraine au jambon	6.35 \$
Pâté au bœuf	6.35 \$
Pâté au poulet	6.35 \$
Pâté au saumon	6.35 \$

Poissons

Filets de poisson en sauce	6.35 \$
Lasagne du pêcheur	7.20 \$
Farfalles alfredo saumon/épinards	6.35 \$

Plats sans viande

Chili végétarien sur riz	6.35 \$
Lasagne jardinière	6.35 \$
Tortellinis sauce rosée	6.35 \$

Desserts

2 portions

Carré aux dattes	4,25 \$
Gâteau aux carottes	4.25 \$
Gâteau vanille	4.25 \$
Gâteau chocolat	4.25 \$
Gâteau citron-pavot	4.25 \$
Gâteau Reine Élisabeth	4.75 \$

6 portions

Carré aux dattes	6.55 \$
Tarte aux pommes	7.80 \$
Tarte au sucre à la crème	7.15 \$
Tarte Légères Imperfections	5.30 \$
Gâteau Reine Élisabeth	7.80 \$

Légende:



Repas réduit en sel



Repas sans gluten

Nos fournisseurs



Merci à nos fournisseurs

