

Menu novembre

	350 gr.	500 gr.	1 kilo
Semaine 1 (6 novembre)	Petit	Régulier	Familial
Soupe aux pois (500ml et 1 litre)		6,00 \$	11,00 \$
Salade du chef au canard confit et brie		12,00 \$	
Capelinis aux crevettes et brocoli	10,50 \$	13,00 \$	25,50 \$
Assiette rosbif avec carottes nantaises et patates pilées	10,00 \$	12,00 \$	23,50 \$
Chili cincinnati sur spaghetti gratiné de cheddar jaune	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Médailon de porc sauce aux champignons, purée de carottes et chou-fleur	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Cannelloni épinard et ricotta, sauce tomates et copeaux de parmesan	8,00 \$	9,50 \$	18,50 \$
Semaine 2 (13 novembre)	Petit	Régulier	Familial
Crème de poireaux (500ml et 1 litre)		6,00 \$	11,00 \$
Salade de pâte à la méditerranéene		7,00 \$	13,50 \$
Saumon sauce canneberges, riz pilaf aux légumes et petits pois au bacon	10,25 \$	12,50 \$	24,50 \$
Poulet au beurre, riz basmati et brocolis poêlés	10,25 \$	12,50 \$	24,50 \$
Ragoût de boulettes à l'ancienne	10,00 \$	12,00 \$	23,50 \$
Pâté chinois Tex-Mex fait de patates douces	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Spaghetti carbonara	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Semaine 3 (20 novembre)	Petit	Régulier	Familial
Soupe minestrone (500ml et 1 litre)		6,00 \$	11,00 \$
Salade d'épinard et poulet grillée		10,00 \$	
Lasagne aux fruits de mer	10,50 \$	13,00 \$	25,50 \$
Steak sauce oignons et champignons sautés, patates parisiennes et pois	11,00 \$	13,50 \$	26,50 \$
Linguine au canard confit	11,50 \$	14,00 \$	27,50 \$
Quiche Deluxe (format 1 kilo)			18,00 \$
Pain de viande cheddar et bacon, patates pilées et asperges	10,00 \$	12,00 \$	23,50 \$
Semaine 4 (27 novembre)	Petit	Régulier	Familial
Crème de champignons (500ml ou 1 litre)		6,00 \$	11,00 \$
Salade de macaroni au jambon et légumes		8,00 \$	15,50 \$
Fettucine au saumon sauce rosée	10,00 \$	12,00 \$	23,50 \$
Gratin de poulet et brocoli	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Boulettes de bœuf à la coréenne, riz et légumes	10,25 \$	12,50 \$	24,50 \$
Hachi de bœuf haché avec riz basmati	8,25 \$	10,00 \$	19,50 \$
Veau marengo, patates parisiennes et purée de chou-fleur	10,25 \$	12,50 \$	24,50 \$

Menu régulier

	Petit	Régulier	Familial
Lasagne	7,50 \$	9,00 \$	17,50 \$
Spaghetti a la viande	5,50 \$	7,00 \$	13,50 \$
Spaghetti a la viande gratiné	7,25 \$	8,50 \$	16,50 \$
Macaroni a la viande	5,50 \$	7,00 \$	13,50 \$
Macaroni a la viande gratiné	7,25 \$	8,50 \$	16,50 \$
Poitrine de poulet en sauce sur riz et légumes	8,25 \$	10,00 \$	19,50 \$
Nouille chinoise au poulet	5,50 \$	7,00 \$	13,50 \$
Pâté chinois	7,50 \$	9,00 \$	17,50 \$
Pâté chinois gratiné	8,25 \$	10,00 \$	19,50 \$
Sauté de poulet miel et ail	8,25 \$	10,00 \$	19,50 \$
Sauté de poulet Général Tao	8,75 \$	11,00 \$	21,50 \$
Bœuf bourguignon	9,75 \$	12,00 \$	23,50 \$
Fettucine alfredo au poulet	8,25 \$	10,00 \$	19,50 \$
Steak sauce (bœuf de surlonge), patates pilées et légumes	9,75 \$	12,50 \$	24,50 \$
Pizza fraîche 9" X 9" garnie de luxe		13,00 \$	

Produits congelés

Pâté a la viande 9" (Format jumbo 1 kilo)	14,00 \$
Pâté au poulet 9" (Format jumbo 1 kilo)	14,00 \$
Pâté au saumon 9" (Format jumbo 1 kilo)	16,00 \$
Pâté mexicain avec fromage Monterey Jack 9" (Format jumbo 1 kilo)	16,00 \$
Paté a la viande 6"	9,50 \$
Pâté au poulet 6"	9,50 \$
Pâté au saumon 6"	10,50 \$
Pâté mexicain avec fromage Monterey Jack 6"	10,50 \$
Pâté Robert	12,50 \$
Coquille St-Jacques	11,00 \$
Pizza pepperoni fromage format 9"	9,00 \$
Feuilleté au saumon, épinard et fromage	14,00 \$
Pizza au saumon (croûte mince 9" X 9")	16,00 \$

Autre produit

Creton maison (300 gr)	5,00 \$
Sauce spaghetti a la viande (format 900 ml)	10,00 \$
Pain blanc ou brun Pom	5,00 \$

Repas lunch

<u>Sandwich</u>	Pain blanc
Sandwich jambon haché moutarde	3,50 \$
Sandwich jambon tranché, moutarde et laitue	3,80 \$
Sandwich poulet haché	3,50 \$
Sandwich poulet cube	3,75 \$
Sandwich creton	3,50 \$
Sandwich aux œufs	3,75 \$
Sandwich dinde, bacon et laitue	4,25 \$
Sandwich jambon tranché, cheddar jaune et salade	4,00 \$

Sandwich déjeuner

Croissant jambon fromage	4,50 \$
Croissant œuf, jambon et fromage	5,00 \$
Croissant œuf, bacon, jambon et fromage	5,50 \$
Sandwich western (œuf, jambon, bacon et fromage)	4,85 \$
Bon matin (muffin anglais, jambon, bacon, œuf et fromage)	5,00 \$
Burritos (œuf, saucisse et sauce salsa)	5,25 \$

Sous-marin et wrap

Sous-marin 3 viandes et fromage	5,00 \$
Sous-marin pizza	5,00 \$
Sous-marin steak fromage	7,00 \$
Sous-marin club (laitue, tomate, bacon et poulet)	7,00 \$
Sous-marin dinde, bacon et laitue	7,00 \$
Sous-marin royal (jambon forêt noire et fromage emmental)	6,50 \$
Wrap poulet et légumes sauce cajun	6,50 \$
Wrap poulet croustillant et sauce cajun	7,00 \$

Salade et autre

Salade jardinière au poulet ou aux œufs	7,50 \$
Crudités et trempette	5,00 \$

Desserts en tout temps

Gâteau style "Jos Louis"	3,00 \$
Yogourt aux petits fruits et céréales aux noix	4,25 \$
Yogourt aux fraises, céréales aux noix et pépites de chocolat	4,25 \$
Barre santé	3,45 \$
Galettes écureuils (paquet de 3)	5,25 \$

Semaine 1

Yogourt santé aux fruits frais	4,20 \$
Tartelette caramel et fleur de sel	5,70 \$
Crème brûlée (paquet de 2)	7,75 \$

Semaine 2

Boules au chocolat et tournesol (paquet de 5)	4,70 \$
Cupcake limonade (paquet de 2)	9,70 \$
Mousse chocolat passion framboise (paquet de 2)	9,00 \$

Semaine 3

Whippette sucre à la crème (paquet de 3)	3,00 \$
Galette avoine et canneberges (paquet de 3)	5,25 \$
Pop cake aux framboises (paquet de 3)	3,70 \$

Semaine 4

Gâteau au fromage, pacanes et caramel (paquet de 2)	9,00 \$
Tartelette macadame chocolat blanc et noisette	5,70 \$
Boules aux dattes et citron (paquet de 5)	4,70 \$