

SEMAINE 2

Jour		Déjeuner	Dîner	Souper
Dimanche	Salade de champignons	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de blé • Corn Flakes • Rôties & confiture de fraises • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Poulet chasseur</u> • Pâtes boucles • Carottes • Crème glacée à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> • Soupe aux légumes • <u>Pâté chinois avec chutney aux fruits (S)</u> • Petits pois • Salade de fruits
Lundi	Salade de chou	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de blé • Raisin Bran Flakes • <u>Oeuf poché</u> • Rôties & confiture de fraises • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Sloppy Joe végétalien (S)</u> • Pain • Salade de chou • Pouding au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> • Soupe poulet et nouilles • <u>Bâtonnets de poisson (S)</u> • Haricots jaunes • Purée de pommes de terre aux fines herbes • Pêches
Mardi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> • Gruau • Special K • <u>Crêpes avec sirop d'érable</u> (compote de pommes pour les diabétiques) • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Poulet à l'ananas</u> • Riz blanc • Jello à l'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de tomate • <u>Croissant à la salade aux œufs (S)</u> • Salade de betteraves • Compote de pommes et bleuets
Mercredi	Crudités	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de blé • Corn Flakes • <u>Oeuf brouillé au fromage et ciboulette</u> • Rôties et confiture de framboises • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Saucisse italienne douce</u> • Oignons frits • Purée de pommes de terre • Carottes • Fruits d'été 	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de poireaux • <u>Pâtes (coquilles) sauce aux lentilles (S)</u> • Légumes soleil levant • Mousse aux pêches
Jeudi	Salade de quinoa et de haricots	<ul style="list-style-type: none"> • Gruau • Rice Krispies • Rôties et confiture de bleuets • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Salade César au poulet</u> • Petit pain • Biscuit à la mélasse 	<ul style="list-style-type: none"> • Soupe aux pois canadienne • <u>Pain doré à la cannelle (S)</u> • <u>Fromage (S)</u> • Banane et petits fruits • Pouding au citron
Vendredi	Salade de chou	<ul style="list-style-type: none"> • Crème de blé • Raisin Bran Flakes • <u>Oeuf brouillé</u> • Rôties et confiture de fraises • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Poisson & frites</u> • Salade de chou • Salade de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> • Soupe bœuf & nouilles • <u>Salade au jambon (S)</u> • Salade de légumes rôtis • Petit pain • Gâteau à la noix de coco
Samedi	Salade verte	<ul style="list-style-type: none"> • Gruau • Cheerios • Rôties & marmelade • Jus d'orange 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Lasagne aux trois fromages (S)</u> • Haricots verts • Ananas 	<ul style="list-style-type: none"> • Soupe tomate légumes • <u>Hamburger steak (S)</u> • Sauce aux champignons • Patates douces rôties • Maïs • Yogourt crémeux aux fruits

- **Offerts sur demande** : thé, café, lait, boisson de soya, jus de tomate, jus de fruits
- **(S)** convient à la diète régulière-molle
- **Soupe** servie sur demande lors des journées chaudes. Veuillez le préciser à la diététiste si vous désirez la soupe peu importe la température.

Sandwich offerts :

Œufs, poulet, fromage & tomate, jambon & fromage, beurre d'arachide & confiture

Spéciaux de la semaine offerts au dîner et au souper :

1. Poulet à la vapeur (S) – Sélectionner une sauce au choix : Miel & moutarde, BBQ ou aigre douce
2. Assiette froide (salade du jour, œuf cuit dur, viande froide, pain et beurre)