

**LSA**

MENU



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

Semaine 1

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SOUPE

Soupe aux légumes

Crème de brocoli

Soupe boeuf et orge

Soupe au riz

Crème de légumes

OMNIVORE

Tortellinis au fromage
sauce roséeCubes de porc
sauce aux
arachides

Cuisse de poulet BBQ

Pizza Ghetti

Saucisses italienne

VÉGÉTARIEN

Quiche Paysanne

Poisson pané
sauce tartare et
citron

Burritos végé

Falafel sur pita et
tzatzikiChili végétarien et
tortillas

DESSERT

Gateau banane

Tarte citron

Croustade aux
pommes

Mousse au chocolat

Choix du pâtissier



Chaque jour est offert un plat de pâtes accompagné de la sauce du chef.

Des légumes sont servis à chaque repas et les pains sont de grains entiers à 100%.

**LSA**

MENU



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

Semaine 2

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SOUPE

Crème d'épinards

Soupe légumes

Crème de chou fleur

Soupe poulet et nouilles

Potage de verdure

OMNIVORE

Couscous à la marocaine

Vol au vent au poulet

Pain de viande aux épinards

Lasagne classique

Haut de cuisse de poulet sucré/ salée

VÉGÉTARIEN

Mac and cheese

Galettes de pois chiches et quinoa

Sauté de tofu aux sésames

Fish and chips

Manicotti aux fromage sauce rosée

DESSERT

Tarte aux cerises

Mousse aux fraises

Gâteau aux carottes

Bagatelle

Choix du pâtissier

Chaque jour est offert un plat de pâtes accompagné de la sauce du chef.

Des légumes sont servis à chaque repas et les pains sont de grains entiers à 100%.

**LSA**

MENU



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

Semaine 3

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SOUPE

Soupe aux nouilles

Potage aux poireaux

Soupe won tong

Crème de carottes

Soupe tomates et riz

OMNIVORE

Lasagne florentine

Poulet au beurre

Assiette chinoise

Sous marin à la
viande

Pâté au poulet

VÉGÉTARIEN

Étuvée de
légumineuse à
l'oriental

Gratin de la mer

Tofu tao

Frittata aux légumes

Linguini aux lentilles

DESSERT

Salade de fruits

Carré aux dattes

Cup cake

Mousse vanille

Choix du pâtissier

Chaque jour est offert un plat de pâtes accompagné de la sauce du chef.

Des légumes sont servis à chaque repas et les pains sont de grains entiers à 100%.

**LSA**

MENU



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

Semaine 4**LUNDI****MARDI****MERCREDI****JEUDI****VENDREDI****SOUPE**

Soupe aux légumes

Soupe aux lentilles
(pois)

Minestrone

Potage courge et
pommes

Soupe à l'oignon

OMNIVORESoup Tom Yum au
tofu ou miso**Shish taouk**

Pâté chinois classique

Sandwich Smoked
meat

Lasagne classique

VÉGÉTARIENFusilli aux légumes
gratinéeChop suey aux
légumesFilet de poisson
épinards
sauce beurre blancGratin haricots
rougesPâté saumon
sauce aux oeufs**DESSERT**

Bagatelle aux fruits

Mousse au chocolat

Galettes choco
énergie

Pouding chômeur

Choix du pâtissier

Chaque jour est offert un plat de pâtes accompagné de la sauce du chef.

Des légumes sont servis à chaque repas et les pains sont de grains entiers à 100%.

**LSA**

MENU



FAIT MAISON À PARTIR D'INGRÉDIENTS FRAIS.

Semaine 5**LUNDI****MARDI****MERCREDI****JEUDI****VENDREDI****SOUPE**

Crème de champignons

Soupe tonkinoise

Potage de patate douce

Soupe tomates et orzo

Crème de brocoli.

OMNIVORE

Spaghetti aux boulettes végé

Poulet tandoori

Boeuf stroganoff

Fajitas au poulet


Cake de poisson

VÉGÉTARIEN

Galette de légumes sauce au yogourt

Pain aux légumineuses

Moussaka végé

Sauté tofu asiatique 

Mac and cheese aux légumes

DESSERT

Croustade aux fruits

Gâteau au fromage

Pouding aux pain

Petits gâteaux à la vanille

Choix du pâtissier

Chaque jour est offert un plat de pâtes accompagné de la sauce du chef.

Des légumes sont servis à chaque repas et les pains sont de grains entiers à 100%.