

MENU (Repas froids type boîte à lunch) – Été 2021

Date	Jour de la semaine – Été 2021				
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1 (28 jun-2jul) Semaine 4 (19-23 juillet) Semaine 7 (9-13 août)	Wrap salade de poulet <u>Accompagnement</u> Salade de tomates, concombre et bocconcini	Sandwich aux œufs sur petit pain <u>Accompagnement</u> Salade de pâtes grecque	Roulé de pizza au pepperoni sur tortilla <u>Accompagnement</u> Salade de légumineuses	Baguette de thon aux canneberges <u>Accompagnement</u> Salade de concombre	Poitrine de poulet en salade (laitue, tomates, maïs, concombre, pois chiches, fromage) <u>Accompagnement</u> Vinaigrette ranch et petit pain
Semaine 2 (5-9 juillet) Semaine 5 (26-30 juillet)	Club sandwich en wrap <u>Accompagnement</u> Salade de chou et tortillas avec guacamole	Croissant jambon et fromage <u>Accompagnement</u> Salade de pâtes mexicaine	Sandwich au tofu et avocat sur pain ciabatta <u>Accompagnement</u> Salade de pommes de terre, galette de riz et fromage à la crème	Assiette composée, viandes froides, œuf dur, houmous, pita, fromage <u>Accompagnement</u> Marinades et salade de maïs	Salade d'orzo crémeuse au saumon <u>Accompagnement</u> Crostinis et tapenade d'olives
Semaine 3 (12-16 juillet) Semaine 6 (2-6 août)	Rouleau de dinde et fromage sur tortilla coloré <u>Accompagnement</u> salade de pâtes citronnée et légumes, tortillas et salsa	Pizza froide au bacon, fromage et poireaux sur pain plat <u>Accompagnement</u> Salade de couscous, pois chiches et raisins	Burger de poulet effiloché BBQ <u>Accompagnement</u> salade de carottes et canneberges séchées	Sandwich de filet de porc et pommes sur pain brioche <u>Accompagnement</u> salade de brocoli crémeuse et fromage	Salade niçoise (œuf dur, pommes de terre, haricots, tomates, maïs, thon, laitue) <u>Accompagnement</u> Vinaigrette au citron, houmous et craquelins

Chaque repas servi avec jus oasis, crudités, dessert du jour (soit petit gâteau, muffin, yogourt ou fruit frais).

Prix	
40 \$/semaine	10 \$/jour (sur réservation seulement)

