



# REPAS DE CAMP DE JOUR



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

Date	Jour de la semaine – Été 2021				
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Semaine 1</b> (28 juin -2 juil) <b>Semaine 4</b> (19-23 juil.) <b>Semaine 7</b> (9-13 août)	Wrap salade de poulet	Sandwich aux œufs sur petit pain	Roulé de pizza au pepperoni sur tortilla	Baguette de thon aux canneberges	Poitrine de poulet en salade (laitue, tomates, maïs, concombre, pois chiches, fromage)
	<u>Accompagnement</u> Salade de tomates, concombre et bocconcini	<u>Accompagnement</u> Salade de pâtes grecque	<u>Accompagnement</u> Salade de légumineuses	<u>Accompagnement</u> Salade de concombre	<u>Accompagnement</u> Vinaigrette ranch et petit pain
<b>Semaine 2</b> (5-9 juillet) <b>Semaine 5</b> (26-30 juil.) <b>Semaine 8</b> (16-20 août)	Club sandwich en wrap	Croissant jambon et fromage	Sandwich au tofu et avocat sur pain ciabatta	Assiette composée, viandes froides, œuf dur, houmous, pita, fromage	Salade d'orzo crémeuse au saumon
	<u>Accompagnement</u> Salade de chou et tortillas avec guacamole	<u>Accompagnement</u> Salade de pâtes mexicaine	<u>Accompagnement</u> Salade de pommes de terre, galette de riz et fromage à la crème	<u>Accompagnement</u> Marinades et salade de maïs	<u>Accompagnement</u> Crostinis et tapenade d'olives
<b>Semaine 3</b> (12-16 juillet) <b>Semaine 6</b> (2 au 6 août) <b>Semaine 9</b> (23-27 août)	Rouleau de dinde et fromage sur tortilla coloré	Pizza froide au bacon, fromage et poireaux sur pain plat	Burger de poulet effiloché BBQ	Sandwich de filet de porc et pommes sur pain brioche	Salade niçoise (œuf dur, pommes de terre, haricots, tomates, maïs, thon, laitue)
	<u>Accompagnement</u> salade de pâtes citronnée et légumes, tortillas et salsa	<u>Accompagnement</u> Salade de couscous, pois chiches et raisins	<u>Accompagnement</u> salade de carottes et canneberges séchées	<u>Accompagnement</u> salade de brocoli crémeuse et fromage	<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)



À L'ÉTAT *naturel*

2464, boul. Perrot, Notre-Dame-de-l'Île-Perrot, QC J7V 8P4 info@mon-camp.ca T 514 453-7600

MON-CAMP.CA