

	SEMAINE DU 23/01/2023		WEEK OF 23/01/2023	
MENU # 3	Soupe, Salade ou Jus Soup, Salad or Juice	Mets principal / Main Course	Dessert / Dessert	Collation de l'après-midi / Afternoon Snack
Lundi Monday	Salade mixte (laitues iceberg, tomates vives, concombres et vinaigrette maison)	Lasagne à la viande et aux trois fromages (boeuf haché, basilic, ail, oignon, épinards, sauce aux tomates italiennes, fromage ricotta, gruyère et mozzarella) accompagnée de brocolis à l'étuvé	Fruits	Biscuits ritz, et fromage cheddar
	Mixed salad (iceberg lettuce, vine tomatoes, cucumbers and house dressing)	Lasagna with meat and three cheeses (ground beef, basil, garlic, onion, spinach, Italian tomato sauce, ricotta cheese, gruyère and mozzarella) served with steamed broccoli	Fruits	Ritz cookies, and cheddar cheese
Mardi Tuesday		Couscous aux légumes ( jarret d'agneau, oignons, courgettes, poireaux, navets carottes, choux verts, haricots verts, pois chiche)	Fruits	Bagel, fromage à la crème philadelphia
		Couscous with vegetables (lamb shank, onions, zucchini, leeks, carrot turnips, green cabbage, green beans, chickpeas)	Fruits	Bagel, cream cheese philadelphia
Mercredi Wednesday	Soupe de poulet (bouillon de poulet, poireaux, céleris, carottes, choux-fleurs))	Chop suey aux légumes et à la viande (boeuf haché, fèves germées, céleris, champignons, carottes, poivrons, oignons, échalotes vertes) servi avec du riz au lait de coco	Profiteroles avec crème chantilly et sauce au chocolat	Fruits
	chicken soup (chicken broth, leeks, celery, carrots, cauliflower))	Chop suey with vegetables and meat (ground beef, bean sprouts, celery, mushrooms, carrots, peppers, onions, green shallots) served with rice with coconut milk	Profiteroles with whipped cream and chocolate sauce	Fruits
Jeudi Thursday		Saumon poché servi avec une purée de pommes de terre et accompagnés de courgettes et maïs en grains	Fruits	Gâteau à la vanille fait maison
		Poached salmon served with mashed potatoes and accompanied by zucchini and corn kernels	Fruits	Homemade vanilla cake
Vendredi Friday SKI	Salade boston, avocats et vinaigrette maison	Fajitas au poulet (tortillas, poitrine de poulet, tomates, laitues iceberg, fromage cheddar) accompagnés de haricots verts	Fruits	Fruits
	Boston salad, avocados and house dressing	Chicken fajitas (tortillas, chicken breast, tomatoes, iceberg lettuce, cheddar cheese) served with green beans	Fruits	Fruits

\*Veuillez noter que de légères modifications peuvent être apportées en cours de semaine, selon la disponibilité des ingrédients.

\*Please note that slight changes may be made during the week, depending on the availability of ingredients.