

Menu de la semaine du 16 au 20 septembre 2019

Section prêt-à-manger

1 portion : 9,25\$ + tx - **1 ½ portion** : 10,25 \$ + tx

Format familial (4 portions.) : 27,00 \$ + tx (6 portions.) : 41,00 \$ + tx

- A** Filet de porc aux pommes caramélisées
Purée de pommes de terre, Courgette, Chou-fleur

- B** Poitrine de poulet sauce Tennessee, Poivrons
Riz aux haricots rouges (**Plat du jour de vendredi le 13 septembre**)

- C** Effiloché de porc à l'Irlandaise (**Plat du jour de jeudi le 12 septembre**)
Navets, carottes, pommes de terre et courges

- D** Tournedos de dindon haché sauce aux poivres et canneberges
Risotto aux champignons, Brocolis

- E** Tilapia à la lime et coriandre (**Plat du jour de mercredi le 11 septembre**)
Couscous, Haricots **Extra de 1.60 \$ / portion**

- F** Rôti de bœuf, Penne à l'ail, Ratatouille

Section Épicerie (2 portions- Contenant en aluminium) 14,00 \$

- G** Filet de porc aux pommes caramélisées, Purée de pommes de terre, Courgette, Chou-fleur

- H** Poitrine de poulet sauce Tennessee, Poivrons, Riz aux haricots rouges

- I** Effiloché de porc à l'Irlandaise, Navets, carottes, pommes de terre et courges

- K** Tournedos de dindon haché sauce aux poivres et canneberges, Risotto aux champignons, Brocolis

- L** Tilapia à la lime et coriandre, Couscous, Haricots **Extra de 1.60 \$ / portion**

- M** Rôti de bœuf, Penne à l'ail, Ratatouille