CROQUIGNOLET
Traiteur ludique

Janvier

	4 janvier		5 janvier		6 janvier		7 janvier		8 janvier	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM				Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade à la grecque		Salade à la grecque		Salade à la grecque		Salade à la grecque
				Salade de pommes de terre et maïs		Salade de pommes de terre et maïs		Salade de pommes de terre et maïs		Salade de pommes de terre et maïs
				Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
				Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1						Penne à la pizza (pepperoni de porc, poivrons, fromage)				Pâté mexicain (bœuf, haricots rouges, fromage), légumes
Plat du jour #2				Riz aux pois chiches à l'italienne (légumes)		Quiche aux légumes (fromage), pommes de terre, légumes		Croquettes de poisson et p.de terre, béarnaise, légumes		Macaroni chinois au poulet et aux légumes
Plat du jour végé				Riz aux pois chiches à l'italienne (légumes)		Quiche aux légumes (fromage), pommes de terre, légumes		Couscous mexicain aux haricots rouges et légumes		Macaroni chinois au tofu et aux légumes
Plat froid*				Sous-marin dinde et fromage, salade maïs et canneberges		Sous-marin dinde, fromage et laitue, salade maïs canneberges		Sous-marin dinde, fromage et laitue, salade maïs canneberges		Sous-marin dinde, fromage et laitue, salade maïs canneberges
Plat alternatif				Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert				Yogourt		Poires en dés		Compote de fruits		Smoothie (yogourt/fruits)
Collation PM				Galette aux bananes		Tartinade au fromage et bleuets, biscuits Graham		Muffin à la citrouille		Hummus et mini pains naan



	11 janvier		12 janvier		13 janvier		14 janvier		15 janvier	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade de légumes à l'asiatique		Salade de légumes à l'asiatique		Salade de légumes à l'asiatique		Salade de légumes à l'asiatique
				Salade de légumes racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines		Salade de légumes racines
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Pépites de poulet, sauce aigre-douce, riz aux légumes				Penne style galvaude au poulet (fromage, pois verts)				Pâté au saumon, légumes
Plat du jour #2		Lasagne végé (fromage), légumes		Poulet et légumes à l'orange, riz aux vermicelles		Pain de viande (porc), purée de pommes de terre, légumes		Chili mexicain au tofu et haricots rouges (légumes, fromage), riz		Cannelloni (bœuf, fromage) sauce rosée, légumes
Plat du jour végé		Lasagne végé (fromage), légumes		Tofu et légumes à l'orange, riz aux vermicelles		Lanières de végé-poulet en sauce, pois verts, purée p.de terre		Chili mexicain au tofu et haricots rouges (légumes, fromage), riz		Fusilli sauce rosée aux lentilles et aux légumes
Plat froid*		Sandwich au jambon haché, salade de macaroni		Sandwich au jambon haché, salade de macaroni		Sandwich au jambon haché, salade de macaroni		Sandwich au jambon haché, salade de macaroni		Sandwich au jambon haché, salade de macaroni
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Pouding à la vanille		Compote de fruits		Yogourt		Pêches en dés		Compote de fruits
Collation PM		Galette vanille et raisins		Fromage à la crème, galette de riz au caramel		Muffin au gruau		Galette à l'ananas		Méli-mélo de craquelins

	18 janvier		19 janvier		20 janvier		21 janvier		22 janvier	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade de concombre et céleri à l'aneth		Salade de concombre et céleri à l'aneth		Salade de concombre et céleri à l'aneth		Salade de concombre et céleri à l'aneth
				Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés		Salade de légumes marinés
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Poulet style Général Tao, légumes, riz				Vol-au-vent sauce au poulet et aux légumes				Penne et boulettes de bœuf, sauce tomate aux légumes
Plat du jour #2		Ratatouille au bœuf, couscous		Poisson et riz à la mexicaine (fromage, haricots noirs, légumes)		Frittata au jambon (fromage), légumes, pommes de terre		Tortellini au fromage sauce rosée, légumes		Poulet à l'ananas, riz aux légumes
Plat du jour végé		Ratatouille à la PVT, couscous		Riz mexicain aux haricots noirs (fromage, légumes)		Frittata aux légumes (fromage), légumes, pommes de terre		Tortellini au fromage sauce rosée, légumes		Tofu à l'ananas, riz aux légumes
Plat froid*		Sandwich au poulet haché, salade de chou		Sandwich au poulet haché, salade de chou		Sandwich au poulet haché, salade de chou		Sandwich au poulet haché, salade de chou		Sandwich au poulet haché, salade de chou
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Yogourt		Salade de fruits		Abricots		Compote de fruits		Smoothie (yogourt/fruits)
Collation PM		Muffin aux petits fruits		Tartinade au fromage et fraises, biscuits Graham		Galette à l'orange		Méli-mélo de céréales		Muffin aux bananes

	25 janvier		26 janvier		27 janvier		28 janvier		29 janvier	
	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix	Qté	Choix
Collation AM		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais		Fruit frais
Entrées				Salade de carotte et céleri au sésame		Salade de carotte et céleri au sésame		Salade de carotte et céleri au sésame		Salade de carotte et céleri au sésame
				Salade de haricots à l'italienne		Salade de haricots à l'italienne		Salade de haricots à l'italienne		Salade de haricots à l'italienne
		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour		Soupe du jour
		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes		Jus de légumes
Plat du jour #1		Pâté au poulet, légumes						Pâtes au bœuf bourguignon (légumes)		Fish n chips, sauce tartare, légumes
Plat du jour #2		Macaroni sauce "bolognaise" aux lentilles et aux légumes		Pâté chinois (bœuf), légumes		Riz chinois au tofu et aux légumes		Mijoté de porc (légumes), pommes de terre		Penne au poulet, légumes et pesto
Plat du jour végé		Macaroni sauce "bolognaise" aux lentilles et aux légumes		Pâté chinois (PVT), légumes		Riz chinois au tofu et aux légumes		Mijoté de légumineuses (légumes), pommes de terre		Penne aux lanières de végé-poulet, légumes et pesto
Plat froid*		Petit pain au jambon et fromage, salade carottes raisins		Petit pain au jambon, fromage et laitue, salade carottes raisins		Petit pain au jambon, fromage et laitue, salade carottes raisins		Petit pain au jambon, fromage et laitue, salade carottes raisins		Petit pain au jambon, fromage et laitue, salade carottes raisins
Plat alternatif		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)		Spaghetti italien (boeuf)
Dessert		Mousse aux fraises		Compote de fruits		Yogourt		Ananas en dés		Compote de fruits
Collation PM		Galette à la citrouille		Pain aux raisins, margarine		Muffin orange et canneberges		Fromage à la crème, galette de riz tomate et basilic		Galette au gruau

**La salade d'accompagnement du sandwich peut être remplacée sans frais supplémentaires par: jus de légumes ou bâtonnet de fromage à effilocher.*

Vous ne trouvez pas ce qui vous convient ? Demandez-nous une alternative !