

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	BOULETTES VÉGÉS À LA SAUCE AIGRE- DOUCE  	PARMENTIER AUX LÉGUMES ET POMME DE TERRE DOUCE 	CARI DE TOFU, LÉGUMES ET POIS CHICHES AU LAIT DE COCO  	MACARONIS AU FROMAGE  	TOFU RÔTI AUX FINES HERBES, SAUCE VIERGE  
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	BOULETTES DE PORC À LA SAUCE AIGRE- DOUCE  	PARMENTIER AU POULET ET POMME DE TERRE DOUCE 	CARI DE CREVETTES, LÉGUMES ET POIS CHICHES AU LAIT DE COCO  	PILON DE POULET BBQ	AIGLEFIN RÔTI AUX FINES HERBES, SAUCE VIERGE  
FÉCULENT	RIZ		COUSCOUS 	POMMES DE TERRE RÔTIES	RIZ 7 GRAINS 
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	MÉLANGE DE LÉGUMES ASIATIQUES	CAROTTES RÔTIES		MACÉDOINE	HARICOTS

-  Gluten
-  Sans Gluten
-  Lactose
-  Sans Lactose
-  Oeuf
-  Soya
-  Moutarde
-  Arachides
-  Noix
-  Sésame
-  Ail
-  Poisson
-  Fruits de mer
-  Porc
-  Végétarien

Complétez
votre menu



Soupe du jour +2\$



Dessert du jour +2\$



Café ou Jus en vrac +1\$

LE MENU PEUT CHANGER SELON LA DISPONIBILITÉ DES INGRÉDIENTS

PRIX AVANT TAXES

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	TAQUITOS VÉGÉS, SAUCE TOMATE  	MIJOTÉ DE SEITAN ET LÉGUMES FAÇON BOURGUIGNON  	CHILI À LA COURGE ET AUX HARICOTS	BOULETTES VÉGÉS, SAUCE CRÉMEUSE AUX CHAMPIGNONS  	RIZ FRIT AUX LANIÈRES VÉGÉS ET LÉGUMES
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	CRÊPE FARCIE AU POULET ET AUX POIREAUX, SAUCE HOLLANDAISE   	MIJOTÉ DE PORC ET LÉGUMES FAÇON BOURGUIGNON 	CHILI AU POULET ET AUX HARICOTS	SAUMON, SAUCE À LA CRÈME ET À L'ANETH  	RIZ FRIT AU POULET ET LÉGUMES
FÉCULENT	POMMES DE TERRE RÔTIES		RIZ	COUSCOUS 	ROULEAUX DE PRINTEMPS 
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	MACÉDOINE	PURÉE DE POMMES DE TERRE	BROCOLIS	HARICOT	

-  Gluten
-  Sans Gluten
-  Lactose
-  Sans Lactose
-  Oeuf
-  Soya
-  Moutarde
-  Arachides
-  Noix
-  Sésame
-  Ail
-  Poisson
-  Fruits de mer
-  Porc
-  Végétarien

Complétez
votre menu



Soupe du jour +2\$



Dessert du jour +2\$



Café ou Jus en vrac +1\$

LE MENU PEUT CHANGER SELON LA DISPONIBILITÉ DES INGRÉDIENTS

PRIX AVANT TAXES

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	SPANAKOPITAS, SAUCE TZATZIKI   	TOFU CROUSTILLANT GÉNÉRAL TAO  	CANNELONI RICOTTA ET ÉPINARDS, SAUCE TOMATE   	SAMOSSA AUX LÉGUMES 	LANGUETTE VÉGÉ, SAUCE TARTARE   
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	BROCHETTE DE PORC, SAUCE TZATZIKI   	POULET GÉNÉRAL TAO  	SAUCISSE ITALIENNE À LA PEPERONATA  	PILON DE POULET AUX HERBES	TILAPIA MULTIGRAIN, SAUCE TARTARE    
FÉCULENT	POMMES DE TERRE RÔTIES	RIZ	PENNE 	COUSCOUS 	RIZ 7 GRAINS 
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	COURGETTE	BROCOLIS	POIVRONS RÔTIS	MÉLANGE DE LÉGUMES	MACÉDOINE



Complétez
votre menu



Soupe du jour +2\$



Dessert du jour +2\$



Café ou Jus en vrac +1\$

LE MENU PEUT CHANGER SELON LA DISPONIBILITÉ DES INGRÉDIENTS

PRIX AVANT TAXES

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	TOFU CROUSTILLANT, SAUCE BBQ ET ÉRABLE  	BOULETTES VÉGÉS, SAUCE SATAY ET LAIT DE COCO  	TORTELLINI AU FROMAGE, SAUCE ROSÉE   	TOFU AU BEURRE   	LANGUETTE VÉGÉ TERIYAKI  
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	FILET DE PORC, SAUCE BBQ ET ÉRABLE  	BOULETTES DE DINDE, SAUCE SATAY ET LAIT DE COCO 	TORTELLINI À LA SAUCISSE, SAUCE ROSÉE    	POULET AU BEURRE  	PANGASIUS, SAUCE TERIYAKI   
FÉCULENT	PURÉE DE POMMES DE TERRE  	NOUILLES  		COUSCOUS 	RIZ
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	MÉLANGE DE LÉGUMES	BROCOLIS	POIVRONS RÔTIS	HARICOTS	MÉLANGE DE LÉGUMES

-  Gluten
-  Sans Gluten
-  Lactose
-  Sans Lactose
-  Oeuf
-  Soya
-  Moutarde
-  Arachides
-  Noix
-  Sésame
-  Ail
-  Poisson
-  Fruits de mer
-  Porc
-  Végétarien

**Complétez
votre menu**



Soupe du jour +2\$



Dessert du jour +2\$



Café ou Jus en vrac +1\$

LE MENU PEUT CHANGER SELON LA DISPONIBILITÉ DES INGRÉDIENTS

PRIX AVANT TAXES