
























11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	BOULETTES VÉGÉ, SAUCE TOMATE  	POITRINE DE POULET VÉGÉ PIRI-PIRI  	CHILI VÉGÉ AUX HARICOTS NOIRS ET MAÏS 	QUICHE AUX ÉPINARDS, TOMATES SÉCHÉES ET FROMAGE FETA   	RIZ FRIT AU TOFU ET AUX LÉGUMES  
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	BOULETTES DE DINDE, SAUCE TOMATE  	CUISSE DE POULET PIRI PIRI 	CHILI AU PORC AUX HARICOTS NOIRS ET MAÏS 	SAUMON À L'ÉRABLE ET À LA MOUTARDE DE DIJON  	RIZ FRIT AU POULET ET AUX LÉGUMES  
FÉCULENT	PENNE AU PESTO  	POMMES DE TERRE RÔTIES	RIZ	PURÉE DE POMMES DE TERRE 	ROULEAUX DE PRINTEMPS 
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	HARICOTS	POIVRONS RÔTIS	BROCOLI	MACÉDOINE 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

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	TOFU CROUSTILLANT, SAUCE GÉNÉRAL TAO   	CHOU-FLEUR PANÉ, YOGOURT AUX AGRUMES   	TOFU RÔTI À LA PROVENÇALE, SAUCE VIERGE 	PARMENTIER À LA PROTÉINE VÉGÉTALE, LÉGUMES ET PATATE DOUCE  	LASAGNES AUX LÉGUMES GRILLÉS ET MOZZARELLA   
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	POULET, SAUCE GÉNÉRAL TAO   	FILET DE SOLE PANÉ AU CITRON, YOGOURT AUX AGRUMES    	RÔTI DE PORC À LA PROVENÇALE 	PARMENTIER AU POULET, LÉGUMES ET PATATE DOUCE 	LASAGNES AU POULET ET MOZZARELLA   
FÉCULENT	RIZ	COUSCOUS 	POMMES DE TERRE RÔTIÉS		
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	BROCOLI	CAROTTES RÔTIÉS AU MIEL	LÉGUMES RÔTIÉS	MACÉDOINE	HARICOTS

-  Gluten
-  Sans Gluten
-  Lactose
-  Sans Lactose
-  Œuf
-  Soja
-  Moutarde
-  Arachides
-  Moix
-  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

TABLE CHAUDE

MENU DU JOUR

16-20 FÉVRIER

11h00 - 14h00 17h00 - 18h30	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
OPTION 1  PLAT PRINCIPAL VÉGÉ (7,95\$)	BOULETTES VÉGÉTARIENNES SAUCE FORESTIÈRE   	RAGOÛT DE POIS CHICHES ET LÉGUMES À L'ITALIENNE 	TOFU THAÏ AU LAIT DE COCO 	FALAFELS, SAUCE À L'ANETH  	TAQUITOS VÉGÉTARIENS, SALSA TOMATE   
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	BOULETTES DE DINDE SAUCE FORESTIÈRE  	RAGOÛT DE PORC ET LÉGUMES À L'ITALIENNE 	POULET THAÏ AU LAIT DE COCO 	FRICADELLES DE POISSON, SAUCE À L'ANETH    	PILONS DE POULET, MOUTARDE ET MIEL 
FÉCULENT	PURÉE DE POMME DE TERRE 	POMMES DE TERRE RÔTIES	NOUILLES 	COUSCOUS 	RIZ
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	HARICOTS	SALADE VERTE	MINI-BROCOLIS VAPEUR	LÉGUMES RACINE	SALADE DE CHOU

-  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\$)	PIZZA GRECQUE AUX OLIVES, OIGNONS, POIVRONS, FETA ET MOZZARELLA  	LANIÈRES DE POULET VÉGÉ À LA TOSCANE  	LANGUETTES VÉGÉTALES CROUSTILLANTES ET SAUCE TARTARE     	CARI DE POIS CHICHES ET DE COURGE MIJOTÉ AU LAIT DE COCO	LANIÈRES DE POULET VÉGÉ AVEC UNE SAUCE À L'ÉRABLE ET À LA CANNEBERGE  
OPTION 2 PLAT PRINCIPAL (8,95\$)	BROCHETTE DE PORC GRILLÉE SERVIE AVEC UNE SAUCE TZATZIKI  	POULET À LA TOSCANE 	FILET D'AIGLEFIN AMANDINE   	CARI DE POULET ET DE COURGE MIJOTÉ AU LAIT DE COCO	POITRINE DE DINDE RÔTIE ET SAUCE À L'ÉRABLE ET À LA CANNEBERGE 
FÉCULENT	POMMES DE TERRE RÔTIÉS	PÂTES 	COUSCOUS 	RIZ	PURÉE DE POMMES DE TERRE 
SALADE DU BAR À SALADES, MESCLUN OU LÉGUMES	BROCOLI	HARICOTS	MACÉDOINE	COURGETTE	CAROTTES RÔTIÉS

-  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