Traiteur Québec

Menu printemps et été 2025

Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit	Céréales	Fruit	Fruit	Fruit
Entrée	Salade de légumes	Soupe bœuf et orge	Petit pain au beurre à l'ail	Salade colorée (maïs)	Salade de choux
Plat principal	Poulet au beurre et riz	Wrap au bœuf et lentilles	Lasagne thon et épinard	Bœuf aux légumes	Pâté au poulet
Dessert	Yogourt	Salade de fruit	Pouding à la vanille	Pêche en cube	Gâteau au carotte
Collation PM	Mousse au jambon et craquelins	Pomme et fromage	Yogourt et céréales	Galette bananes et chocolat	Compote de pomme et biscuit

Semaine 2

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit	Céréales	Fruit	Fruit	Fruit
Entrée	Crème de légumes	Crudité et trempette	Salade de carotte crémeuse	Jus de légumes	Crudités et trempette
Plat principal	Poulet à l'orientale et vermicelle	Croque au thon	Boulettes de bœuf et riz aux légumes	Œuf à l'italienne	Pennes au pesto et tofu
Dessert	Gâteau à la vanille et coulis fruit	Salade de fruit	Pouding aux pommes	Biscuit à l'avoine	Yogourt
Collation PM	Yogourt et biscuit à l'avoine	Muffins avoine et petits fruits	Salade de fruits et biscuit à l'avoine	Bagel et fromage à la crème	Galettes avoine et noix de coco

Semaine 3

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit	Céréales	Fruit	Fruit	Fruit
Entrée	Salade César	Crudités et trempette	Salade de couscous	Soupe aux légumes et lentilles	Jus de légumes
Plat principal	Linguine sauce rosée Au poulet	Saucisse Créole et riz aux légumes	Wrap au poulet et poivrons	Tofu teriyaki, riz et légumes	Pâté chinois
Dessert	Carré aux dattes	Salade de fruit	Galette à la banane	Yogourt	Biscuit à l'avoine
Collation PM	Galette à la mélasse	Mousse aux légumes et craquelins	Craquelins et tartinade de tofu	Muffins au carotte	Pita et creton maison

Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation AM	Fruit	Céréales	Fruit	Fruit	Fruit
Entrée	Crème de carotte	Pain à l'ail	Salade de légumineuses	Rouleaux impériaux	Croustille de maïs et salsa au fromage
Plat principal	Filet de tilapia pané Riz et sauce tartare	Spaghettis sauce à la viande	Tortillas végé (Tofu et légumes grillé)	Macaroni chinois au bœuf	Poulet à la King sur pâte
Dessert	Yogourt	Pouding aux fruits	Pouding à la vanille	Brownies chocolat et tofu	Compote de pomme
Collation PM	Craquelins et houmous	Fruit et fromage	Galette aux dattes	Mandarines et biscuit	Muffins au courgette