



# MENU CAFÉTÉRIA 2019

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
Déjeuner	Croissants/creton-croissants creton végété	Crêpes au sarrasin et au blé entier	Bagel/creton, bagel/creton végété	Omelette à l'Espagnole/ Tofu brouillé à l'Espagnole	Gruau	Pain doré/ Pain doré végété	Oeufs brouillés, saucisses bœuf-poulet, patates	
	BUFFET: Quartiers de pomme et/ou demie-banane et/ou quart. d'orange et/ou raisins + fromages en tranche + yogourts individuels + œufs durs, tomates tranchées, salade de fruits au sirop, Céréales (3 sortes), muffins variés aux deux jours, lait de soya sur le buffet, confiture						tofu ranch, patates, saucisses végété	
Dîner	salade grecque sans fromage	salade de maïs et concombre tomates	salade de chou crémeuse	salade de carottes et raisins	salade asiatique	salade surprise	salade garnie du chef	
	Pizza sur pita	Fajitas au poulet, duo de fèves	pain de viande sauce tomates et champignons	Penne gratiné au thon et légumes grillés au four	sauté de poulet ratatouille lit de riz	poisson pané, couscous aux raisins, brocolis	Smoked-meat pain seigle et frites	
	sauté légumineuses	fajitas légumineuses	pain de viande végété sauce tomates et champignons	penne sauce pesto et légumes grillés au four	sauté de tofu Ratatouille lit de riz	escalope végété couscous aux raisins, brocolis	Pannini légumes et frites	
	velouté de légumes	crème de champignon	soupe aux lentilles	crème de légumes	soupe minestrone	crème de tomates et vermicelles	soupe de légumineuses	
	BUFFET FROID : cubes de fromage (2 couleurs), salade de pâtes, salade végétalien (légumineuses), salade verte, crudités, vinaigrette, marinades, salade de fruits							
	dessert surprise	croustade aux pommes	mousse aux fruits	pouding chomeur	gâteau blanc au chocolat coulant	jello en couleurs	dessert du chef	
15h00 Collations d'un fruit ou d'un biscuit								
Souper	<i>Spagethi/césar</i>	BBQ extérieur du chef au bœuf et végété, poutine ou frites, crudités, tomates en tranche	Poulet à l'orange et riz brun carottes au beurre	Hot dog	papillote de poisson sauce au vin blanc, julienne de légumes et orge	Pâté chinois	pâtes au poulet pesto	
	Spagethi sauce végété/césar		sauté de tofu à l'orange et riz brun carottes au beurre	Hot dog végété	couscous végétarien royal (aubergine, carottes, navet, zucchini, céleri, dattes séchées)	pâté chinois lentilles	Saucisses végété, pâtes au pesto	
	soupe de légumes taillés au pesto	salade de couscous fraîcheur	potage de légumes	banic/crudités	crème de carottes et gingembre	soupe bœuf et orge	soupe paysanne aux légumes	potage parmentier
	BUFFET FROID : cubes de fromage (2 couleurs), salade de pâtes, salade végétalien (légumineuses), salade verte, crudités, vinaigrette, marinades, salade de fruits							
	gâteau ananas renversé	gâteau aux carottes	bagatelle du chef arc en ciel	fruits et guimauves	miroir de cup cake surprises	tarte aux fruits	gâteau au zucchini	assortiment du pâtissier

Cuisson au four uniquement. Aucun friture.

Disponible 24h : Eau, tisane, café, jus d'orange, jus de pomme, thé glacé, limonade, lait, rôties pain brun, margarine et confitures