

Menus prédéterminés Marquette/Mingan

Nom : _____

Semaine 1						
Menu	Lundi	Quantité	Mercredi	Quantité	Vendredi	Quantité
1.	Roast beef		Brochette de poulet		Ragoût de boulettes	
2.	Poulet Chasseur		Sauce au saumon		Hachis canadien	
3.	Tranche de jambon		Tranche de jambon		Tranche de jambon	
4.	Cuisse de poulet		Cuisse de poulet		Cuisse de poulet	
5.	Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage	

Semaine 2						
Menu	Lundi	Quantité	Mercredi	Quantité	Vendredi	Quantité
1.	Jambon à l'érable		Bouchées de saumon		Ragoût de poulet	
2.	Rôti de bœuf (sauce oignons)		Mets chinois		Saucisse soupe tomate	
3.	Tranche de jambon		Tranche de jambon		Tranche de jambon	
4.	Cuisse de poulet		Cuisse de poulet		Cuisse de poulet	
5.	Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage	

Semaine 3						
Menu	Lundi	Quantité	Mercredi	Quantité	Vendredi	Quantité
1.	Cipaille		Macaroni chinois		Hachis Combeef	
2.	Fettucini aux fruits de mer		Croquettes de poulet		Filet de sole	
3.	Tranche de jambon		Tranche de jambon		Tranche de jambon	
4.	Cuisse de poulet		Cuisse de poulet		Cuisse de poulet	
5.	Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage	

Faites vos choix de menus en indiquant la quantité que vous souhaitez recevoir pour chaque jour de livraison.

Retournez une copie au CAB pour le 6 janvier et conservez l'autre pour vous. Merci 😊

Menus prédéterminés Marquette/Mingan

Semaine 4						
Menu	Lundi	Quantité	Mercredi	Quantité	Vendredi	Quantité
1.	Jambon à la bière		Filet de saumon		Pâté mexicain	
2.	Porc bourguignon		Cigare au chou		Poulet sauce ranch et bacon	
3.	Tranche de jambon		Tranche de jambon		Tranche de jambon	
4.	Cuisse de poulet		Cuisse de poulet		Cuisse de poulet	
5.	Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage	

Semaine 5						
Menu	Lundi	Quantité	Mercredi	Quantité	Vendredi	Quantité
1.	Lanière de poulet sauce poivre		Pâté chalet		Boulettes sauce aigre douce	
2.	Morue Rôti sauce tartare		Lasagne		Macaroni à la viande	
3.	Tranche de jambon		Tranche de jambon		Tranche de jambon	
4.	Cuisse de poulet		Cuisse de poulet		Cuisse de poulet	
5.	Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage		Spaghetti avec fromage	

Faites vos choix de menus en indiquant la quantité que vous souhaitez recevoir pour chaque jour de livraison.

Retournez une copie au CAB pour le 6 janvier et conservez l'autre pour vous. Merci 😊