# Au menu cette semaine

## Cégep de Trois-Rivières

EXCELSO

**Du 19 au 23 mai**

Ce menu est entièrement élaboré dans le respect des critères de **Menu Santé, Menu bon choix***.

| SEMAINE 3 | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|---|---|---|---|---|---|
| Menu 1 | **Végé burger** | **Cari de pois chiche** | **Sauté aux crevettes** | **Tartelette du moment** | **Cannelloni au ricotta et épinards** |
| Menu 2 | **Porc bourguignon** | **Enchiladas** | **Bœuf braisé à la bière** | **Poulet africain aux arachides** | **Filet de porc chimichurri** |
| Menu 3 | | | | *Thématique du jour* | |

**Bon appétit !**

Plats reconnus Aliments du Québec

***Menu Santé, Menu bon choix !**

- Cuisson préservant la valeur nutritive des aliments.
- Cuisson sans friture ou Utilisation de bon gras en quantité minimale.
- Utilisation de produits laitiers à teneur réduite en matières grasses.
- Utilisation de produits saisonniers frais provenant de sources locales et durables.
- Utilisation de produits sans sel ajouté ou à faible teneur en sel ajouté et d'ingrédients à teneur réduite en sodium.
- Utilisation de produits céréaliers à grain entiers.

*Excelso est fier de vous faire savourer au quotidien des **produits d'ici** en s'approvisionnant majoritairement auprès de **fournisseurs locaux**.

**Avertissement : Tous nos produits peuvent avoir été en contact ou contenir un allergène.**
*Warning: All our products may contain or may have been in contact with an allergen.*