

# Au menu cette semaine

## Cégep de Trois-Rivières

**DU 6 AU 10 MAI**



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

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Menu 1	Pain de viande végétarien	Poisson à la méditerranéenne	Aubergines farcies aux tomates et orzo	Tofu croustillant, épinards et sauce sésame	Tacos végétariens
Menu 2	Baguette de dinde haché buffalo	Poulet au beurre	Kefta de bœuf, sauce tzatziki	Côtes levées, sauce BBQ à la bière	Macaroni chinois au poulet

### \*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.

**Bon appétit !**

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

Plats reconnus  
Aliments du Québec



**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.*