

Au menu cette semaine

CTR

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

Du 16 au 20 février

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu végé	Cari de chou-fleur et pois chiches  	Tofu grillé balsamique et miel 	Pâté au saumon, sauce aux œufs	Chili et nachos  	Pizza chèvre et pesto  
Allergènes et ingrédients	oignons, huile, chou-fleur, ail, poudre de cari, sel, lait de coco, bouillon de légumes, pois chiches, épinards, féculle de maïs et coriandre	tofu (soya), vinaigre balsamique, sauce soya (soya), miel, ail, huile, épices et soya	farine (gluten), graisse végétale, œuf , vinaigre, pomme de terre, oignon, saumon , épices, margarine (soya) et produits laitiers	haricots de couleurs, maïs, oignons, poivrons, carottes, céleris, tomates, ail, crème sure (produits laitiers), nachos, épices et mozzarella (produits laitiers)	boules de pâtes de pizza (farine, gluten), fromage de chèvre, mozzarella (produits laitiers), sauce pizza, tomates et oignons verts
Menu 2	Poulet grillé à la grecque	Escalope de veau aux champignons	Cuisses de poulet braisées à la pomme 	Parmentier de bœuf à la courge 	Linguine au poulet et brocolis
Allergènes et ingrédients	yogourt (produits laitiers), poulet, huile, citron, épices, ail, miel, moutarde et base de poulet	veau, huile, échalotes, ail, champignon, crème (produits laitiers) citron, épices et base de poulet	poulet, huile, sel, oignons, farine, bouillon de poulet, jus de pommes, cidre de pommes, ail, thym et betteraves	courges, crème (produits laitiers), beurre, sel, poivre, muscade, oignons, huile, bœuf, ail, épices chinoises, maïs en crème et haricots	pâtes alimentaires (gluten, œuf) huile, épices, poulet, citron, ail, fromage parmesan, lait, farine et beurre (produits laitiers)

Plats reconnus
Aliments du Québec



Plats végétariens 

Bon appétit !

*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.

*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.