






Au menu cette semaine

CTR



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

Du 2 au 6 mars

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu végé	Tofu forestier sur riz basmati 	Galettes de lentilles et courgette 	Tofu façon tao 	Penne aux fruits de mer	Curry de pois chiches et épinards 
<i>Allergènes et ingrédients</i>	tofu (soya), champignons, féculé de maïs, huile de sésame , bouillon de légumes, oignon vert, sauce soya (soya), crème (produit laitier), gingembre, riz basmati et légumes	courgette, lentilles, farine (gluten) ail, œuf , persil, curry, curcuma, épices et sauce tomate	tofu (soya), bouillon de légumes, sauce soya (soya), cassonade et féculé de maïs	pâtes alimentaires (gluten , œuf), crevette, pétoncle, goberge, lait (produits laitiers), farine, épices, margarine (soya), échalotes et bouillon de poulet	pois chiches, épinards, tomates, oignons, lait de coco, pâte de curry, huile, épices et ail
Menu 2	Poulet moutarde et miel 	Boulettes de bœuf marinara	Lasagne sauce béchamel au poulet	Rôti de porc dijonnais	Brochette de Kefta et sauce yogourt
<i>Allergènes et ingrédients</i>	cuisse de poulet, oignons, miel, vinaigre blanc, moutarde , bouillon de poulet, romarin et crème (produits laitiers)	bœuf, chapelure (gluten), œuf, ail, fromage (produits laitiers) épices, sauce tomates, oignon, basilic et épices	pâtes alimentaires (gluten , œuf) poulet, fromage (produits laitiers) lait/crème, farine, margarine (soya) féculé, base de poulet, vin blanc et épices	porc, margarine (soya), moutarde de Dijon, oignons, épices, lait (produit laitier), farine (gluten) oignon, ail, épices et huile	bœuf, oignons, chapelure (gluten), œuf , épices, sauce yogourt (produits laitiers), aneth et ail

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.