





Au menu cette semaine

CTR



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

Du 20 au 24 avril

SEMAINE 5	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu végété	Sauté végété sur nouilles asiatiques 	Tofu à la parmigiana 	Couscous végété et pois chiches 	Poisson du jour à la bruschetta	Cannelloni ricotta et épinards 
Allergènes et ingrédients	brocolis, pois chiches, aubergines, champignons, gingembre, échalote, ail, sauce soya (soya), graines de sésame , huile, épices et nouille aux œufs	tofu (soya), oignons, courgettes, tomates, fines herbes, origan, ail et mozzarella (produits laitiers)	couscous (gluten), pois chiches, légumes grillés, huile et épices	poisson du jour (poisson), tomates, oignons, épices, huiles, basilic et pesto (produits laitiers)	cannelloni (œuf, blé, gluten), oignons, ail, sauce tomate, crème, parmesan (produits laitiers), sel et poivre
Menu 2	Poulet grillé, sauce aux poivrons rôtis	Filet de porc, roulé au bacon et sauce au poivre	Rôti de dinde à la provençale	Boulettes de bœuf Tao	Escalope de poulet BBQ
Allergènes et ingrédients	poulet grillé, tomates en dés, poivrons rôtis, crème (produits laitiers), épice, huile et farine (gluten)	porc, bacon, épices, huile, sauce aux poivres (gluten, produit laitier) et margarine (soya)	filet de dinde, huile, ail, oignons, poivrons, courgette, tomates en dés, tomates broyées, épices et olives	bœuf haché (chapelure gluten, œuf), poivrons, ail, graine de sésame , gingembre, sirop d'érable, sauce soya (soya), bouillon de bœuf, fécule de maïs, oignons verts, brocolis et riz basmati	poulet, épices BBQ, légumes grillés et sauce BBQ (soya)

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.