

Au menu cette semaine

Cégep de Trois-Rivières

Du 21 au 25 septembre

Plats végétariens



Plats reconnus
Aliments du Québec



SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu 1	Cari de chou-fleur et pois chiches 	Burger style Fish n' chips 	Galette de quinoa 	Feuilleté aux épinards et fêta 	Cari à la courge 
<i>Allergènes et ingrédients</i>	oignons, huile, chou-fleur, ail, poudre de cari, sel, lait de coco, bouillon de légumes, pois chiches, épinards, fécule de maïs et coriandre	tofu, sauce soya, huile de sésame, bouillon de légumes, aneth, épices chinoises, mayonnaise, cornichons, jus de citron, câpres, tomates, pain et cheddar	quinoa, zucchini, œuf, chapelure, parmesan, farine, ciboulette, ail, épices et huile (gluten)	oignons, huile d'olive, ciboulettes, aneth, persil, épinards, sel, poivre, lait, œufs, feta, beurre et pâtes filo (gluten, farine, produit laitier)	courgettes, pois chiches, oignons, lait de coco et épices
Menu 2	Bœuf à l'orientale 	Cuisses de poulet piri-piri	Porc braisé à la bière et aux oignons 	Crêpe farcie au jambon et asperges 	Guédille au porc effiloché
<i>Allergènes et ingrédients</i>	bœuf, oignons, carottes, brocoli, céleri, bouillon de bœuf, sauce soya, jus d'orange et fécule de maïs	épice piri-piri, coriandre, huile et ail	porc, oignons, ail, huile, sel, poivre, farine, bière, thym, carottes, pommes de terre, céleri, beurre et crème	beurre, asperges, champignons, échalotes, thym, cheddar, farine, sucre, œufs, lait, moutarde, vin blanc, parmesan et jambon	porc effiloché, pain, chou rouge, oignons, ketchup, tomates, base de bœuf et épices (gluten)
Menu Thématique				Hamburger au poulet Deluxe pain hamburger, poulet pané, tomates, oignons, laitue, mayonnaise épicée, frites et salade de pâtes (gluten)	



ALIMENTS DU
QUÉBEC
AU
MENU

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

Les institutions mangent local!

Du **21** au **27** septembre 2026