EXCELSO

Au menu cette semaine

Cégep de Trois-Rivières

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

Du 2 au 6 novembre

SEMAINE 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu 1	**Macaroni au fromage**	**Brochettes de tofu Teriyaki**	**Pâté au saumon, sauce aux œufs**	**Pâté chinois aux lentilles**	**Zucchini farci**
Allergènes et ingrédients	pâtes alimentaire, cheddar, lait, farine, base de légumes, fromage Jalapeno et épices (gluten)	tofu, poivrons, oignons, tomates, sauce Teriyaki, huile et épices	œufs, farine, margarine, lait, épices, base de légumes (gluten)	lentilles, maïs, pommes de terre, lait, beurre, base d'huile et épices	zucchini, légumineuses, épices, légumes et mozzarella
Menu 2	**Sandwich au poulet chaud (Hot Chicken) du moment**	**Pâté chinois**	**Boulettes de porc italiennes**	**Lasagne Excelso**	**Feuilleté au jambon et fromage**
Allergènes et ingrédients	pain ciabatta, poulet, pois verts, sauce brune et fromage (gluten)	bœuf, oignons, maïs, pommes de terre, margarine, lait, thym, sel, poivre et crème de maïs	porc haché, poivrons, oignons, tomates en dés, base de poulet, légumes et épices	pâtes alimentaires, sauce à la viande, pepperoni, champignons, poivrons, mozzarella (gluten)	jambon, fromage, pâte feuilletée, épinards, épices et œuf (gluten)
Menu Thématique				*Pita au poulet à la grecque* poulet, pain pita, yogourt grec, cumin, samba oelek, ail, coriandre, riz et frites épicées (gluten)	

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.