

SEMAINE DU 2 FÉVRIER

LUNDI



12,95 \$

Quiche aux légumes grillés, tomates séchées et feta, pommes de terre grelot à l'ail et carottes rôties au miel



12,95 \$

Poulet à la toscane avec pâtes et brocoli vapeur

MARDI



12,95 \$

Bol mexicain avec tempeh mariné, légumes, riz basmati et sauce végane à la lime



13,95 \$

Filet de porc à la dijonnaise, nouilles aux oeufs avec poivrons, oignons et courgettes rôties

MERCREDI



13,95 \$

Lasagne, sauce béchamel aux algues et à la ricotta, avec légumes du jour



10,95 \$

Poutine déjeuner : pommes de terre rissolées, oeufs brouillés, légumes sautés, saucisses, bacon, fromage en grain et sauce hollandaise

JEUDI



14,95 \$

Bol de nouilles shangai avec tofu laqué



13,95 \$

Pain de viande au veau, sauce tomates, purée de pommes de terre au céleri-rave avec navets persillés à l'érable

VENDREDI

Choix
du chef



Aliment du Québec



Fourchette bleue



Végétalien





Végétarien


Taxes en sus

SEMAINE DU 9 FÉVRIER

LUNDI

  12,95 \$

Macaroni gratiné,
sauce fromage
et brocoli, accompagné
de salade verte
du moment


 13,95 \$

Filets de sébaste au four,
avec salsa exotique,
quinoa aux herbes
et légumes tex-mex

MARDI


  12,95 \$

Tofu façon poulet au
beurre, accompagné
de couscous aux herbes
et de légumes vapeur


 13,95 \$

Hamburger de dindon
du Québec à la cajun,
accompagné de salade
de chou maison,
de pommes de terre
frites et de mayonnaise
épicée

MERCREDI

  13,95 \$

Œufs bénédictines
avec champignons sautés
à l'ail, fromage suisse
et sauce hollandaise,
accompagnés de patates
à déjeuner aux fines
herbes

 14,95 \$

Tacos au porc effiloché
avec salade de chou
rouge, accompagnée
de riz mexicain
et d'une crème sûre
épicée à la lime

JEUDI

  12,95 \$

Bol de cari de légumes
et tempeh à la thaï,
sur boulgour aux herbes

12,95 \$

Lasagne à la viande
gratiné avec salade césar

VENDREDI

Choix
du chef

SEMAINE DU 16 FÉVRIER

LUNDI



11,95 \$

Fritatta kale, papates douces et fromage feta, accompagnée de patates rissolées et de salade verte du moment

14,95 \$

Boulettes de boeuf, sauce aux champignons, nouilles aux oeufs et brocoli vapeur

MARDI



11,95 \$

Tajine végane avec couscous aux herbes



12,95 \$

Gratin de pâtes aux fruits de mer avec pain à l'ail

MERCREDI



12,95 \$

Tofu, sauce général TAO avec riz blanc et légumes asiatiques



14,95 \$

Pita de porc à la grecque avec pommes de terre grelot à la piri-piri et salade verte

JEUDI



10,95 \$

Pâté chinois tex-mex végétalien avec salade de chou rouge à la lime



14,95 \$

Sauté de poulet au pesto, servi avec quinoa pilaf et légumes du jour

VENDREDI

Choix du chef



Aliment du Québec



Fourchette bleue



Végétalien



Végétarien

Taxes en sus

SEMAINE DU 23 FÉVRIER

LUNDI



14,95 \$

Falafels avec hummus aux betteraves, salade de couscous perlés aux algues et salade croquante du moment



13,95 \$

Poulet au beurre avec riz basmati et haricots verts à l'ail

MARDI



12,95 \$

Tortellini sauce rosée avec brocoli et chou-fleur rôtis



13,95 \$

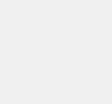
Chili à la viande avec riz mexicain, yogourt grec nature et fromage cheddar

MERCREDI



12,95 \$

Hamburger steak végétarien avec sauce aux champignons, purée de chou-fleur et carottes nantaises rôties



12,95 \$

Gratin de pâtes, sauce Alfredo thon et brocoli avec salade verte du moment

JEUDI



12,95 \$

Soupe style ramen miso et lait de coco avec tofu et légumes



14,95 \$

Assiette de keftas de porc, sauce tzatziki avec patates grecques, riz pilaf et salade de chou crémeuse

VENDREDI

Choix du chef