

COMPLÉTEZ ET RETOURNEZ SVP. UNE COPIE VOUS SERA APPORTÉE PAR LE LIVREUR

Nom : _____ **Tél. :** _____

MERCI DE RETOURNER IMMÉDIATEMENT

IMPORTANT

Merci de cocher

REPAS AVEC SOUPE DU JOUR
 REPAS SANS SOUPE

Menu de janvier 2026

Lun. 5	<input type="checkbox"/> Boulettes au riz ou <input type="checkbox"/> Feuilleté aux épinards	Mer. 7	<input type="checkbox"/> Poitrine de poulet sauce forestière ou <input type="checkbox"/> Gratin de poisson aux tomates et poivrons	Ven. 9	<input type="checkbox"/> Côtelette de porc à l'orange ou <input type="checkbox"/> Chop suey aux légumes et egg roll
Lun. 12	<input type="checkbox"/> Hot chicken CABA ou <input type="checkbox"/> Macaroni au fromage	Mer. 14	<input type="checkbox"/> Boulettes de porc façon spare-ribs ou <input type="checkbox"/> Sandwich burger végétarien tout garni	Ven. 16	<input type="checkbox"/> Veau marengo ou <input type="checkbox"/> Poisson rôti à la portugaise
Lun. 19	<input type="checkbox"/> Carbonade flamande ou <input type="checkbox"/> Pain de saumon	Mer. 21	<input type="checkbox"/> Jambon à l'ananas ou <input type="checkbox"/> Quiche aux tomates séchées et au fromage feta	Ven. 23	<input type="checkbox"/> Poulet au gingembre sur vermicelles ou <input type="checkbox"/> Salade césar maison
Lun. 26	<input type="checkbox"/> Cuisse de poulet et salade de chou ou <input type="checkbox"/> Tortellinis sauce marinara	Mer. 28	<input type="checkbox"/> Cigares au chou ou <input type="checkbox"/> Pizza aux oignons caramélisés et aux olives	Ven. 30	<input type="checkbox"/> Bœuf à la mode ou <input type="checkbox"/> Filet de sole à la crème de champignons

7 \$ / repas (soupe incluse) **Vous pouvez nous rejoindre au 450 836-7122 ou 450 875-0921 (Lavaltrie)**

♥ COUP DE CŒUR ♥

(16 janvier) Poisson rôti à la portugaise :

Mettez un peu de soleil dans votre assiette avec ce filet de poisson cuit au four avec des pommes de terre, des poivrons, des tomates, de l'ail et du paprika. À découvrir !

(19 janvier) Carbonade flamande :

Ce plat belge est composé de bœuf braisé lentement et mijoté dans un bouillon à la bière. Parfait pour les journées froides de janvier...

COMMENT RÉCHAUFFER LES PÂTÉS ?

Pour réchauffer un pâté qui est CONGELÉ :
45 à 50 minutes à 375°F



Pour réchauffer un pâté qui est DÉCONGELÉ :
20 à 25 minutes à 350°F

*Couvrir avec du papier d'aluminium
avant de mettre au four
afin d'éviter qu'il ne brûle.*

Stimulez vos neurones !

2	1	3	5	9	7		6	
7		6		8	1	3	2	5
	5	4	3		6	9	1	7
9	4	2	6		8	7		
6	3		1	7			4	2
1	7	8	2	3	4	5	9	6
5	6	1	8		3		7	9
3		9	7	6	2	1	5	
	2	7		1	5	6	8	3