

NOM : _____

SIGNATURE : _____

ROUTE : _____

NOVEMBRE		Livraison le mardi			Livraison le jeudi		
1	Semaine 3 NOVEMBRE 	Ravioli au bœuf, sauce tomate et basilic	Contient : gluten, lactose, œuf	☐	Couscous au poulet et légumes	Contient : lactose et gluten	☐
		Brunch jambon, bacon, œuf brouillé et patates	Contient : œuf, gluten et lactose.	☐	Poulet aux champignons, patates pilées et légumes	Contient : gluten	☐
					Fish and chips, riz et légumes	Contient : gluten et oeufs	☐
2	Semaine 10 NOVEMBRE 	Hamburger steak sauce a l'oignon, patates et légumes	Contient : gluten	☐	Lasagne au bœuf gratinée	Contient : gluten et oeufs	☐
		Macaroni au fromage	Contient : gluten, œufs et lactose.	☐	Poulet au beurre, riz sauvage et légumes	Contient : gluten, œuf et lactose	☐
					Lanière de porc fajitas, patates quartier et légumes	Contient : gluten	☐
3	Semaine 17 NOVEMBRE 	Poivron vert farci	Contient : gluten, œufs et lactose	☐	Saucisses douces, purée de patate et légumes	Contient : lactose. gluten	☐
		Pâté au poulet, patates et légumes	Contient : œufs, gluten et lactose.	☐	Linguine aux fruits de mer	Contient : gluten, œufs et lactose	☐
					Médailon de porc sauce charcutière, patates grelots et légumes	Contient : lactose et gluten	☐
4	Semaine 24 NOVEMBRE 	Pasta carbonara et parmesan	Contient : gluten et lactose.	☐	Filet de sole, beurre blanc, riz et légumes	Contient : gluten et oeufs	☐
		Filet de poulet croustillant, riz et légumes	Contient : gluten	☐	Veau parmigiana sur nouilles et légumes	Contient : gluten, lactose et oeuf	☐
					Poulet au brie sauce dijonnaise, patates et légumes	Contient : lactose et gluten	☐

Le menu doit être remis pour le 15 octobre 2025

Pour toute question, appeler au : 450 432-3200, poste 234 (Sylvie), poste 229 (Caroline).