







NOM :

SIGNATURE : _____

ROUTE :

MARS		Livraison le mardi			Livraison le jeudi		
1	Du 2 AU 5 MARS 	Linguine carbonara et parmesan	Allergènes : Lactose, gluten.	<input type="radio"/>	Filet de sole crème de poivrons, quinoa aux légumes	Allergènes : Gluten	<input type="radio"/>
		Poulet chasseur, riz et légumes	Œufs, gluten et lactose.	<input type="radio"/>	Lasagne aux légumes	Gluten et lactose.	<input type="radio"/>
					Sauté de porc, poivrons et oignons purée de patate	Gluten et œufs.	<input type="radio"/>
2	Du 9 AU 13 MARS 	Penne sauce à la viande et fromage	Gluten et lactose.	<input type="radio"/>	Filet de poulet, sauce BBQ, patates sautées et légumes	Gluten, lactose et œufs.	<input type="radio"/>
		Pâté au poulet, écrasé de pomme de terre et légumes	Gluten, œufs et lactose.	<input type="radio"/>	Frittata brocoli et fromage	Gluten, œufs et Lactose.	<input type="radio"/>
					Poisson croustillant, riz et légumes	Gluten, lactose et œufs.	<input type="radio"/>
3	Du 16 AU 20 MARS 	Tortellini sauce rosé et fromage	Gluten, œufs et lactose.	<input type="radio"/>	Boulettes de bœuf à la toscane sur nouilles	Lactose. Gluten et œufs.	<input type="radio"/>
		Quiche lorraine, quartier de patate et légumes	Œufs, gluten et lactose.	<input type="radio"/>	Poisson blanc crème aux épices, riz au safran et légumes	Gluten, œufs et lactose.	<input type="radio"/>
					Omelette fromage et légumes, patate en cube	Lactose et gluten.	<input type="radio"/>
4	Du 23 AU 27 MARS 	Escalope de veau gratinée, patate forestière aux légumes	Gluten, lactose et oeufs.	<input type="radio"/>	Pilon de poulet, couscous aux légumes	Gluten, oeufs et lactose.	<input type="radio"/>
		Spaghetti Alfredo au poulet	Gluten et lactose.	<input type="radio"/>	Pâté au saumon sauce aux œufs et légumes	Gluten, lactose et œufs.	<input type="radio"/>
					Hamburger steak, patate pilée et légumes	Gluten.	<input type="radio"/>

Le menu doit être remis pour le 12 mars 2026

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