

Semaine 1	info@lespetitschefs.com 450-812-8334				
	19 décembre	20 décembre	21 décembre	22 décembre	23 décembre
REPAS DU JOUR	Lasagne Gratinée	Boeuf Marengo	Poulet BBQ	Penne saucisse douce	Dinde traditionnelle
Ingrédients	<p>Lasagne Gratinée au fromage mozzarella et farcie de sauce à la viande (veau et bœuf, oignons, carottes, céleris et tomates).</p> <p>Contient : Produits laitiers et blé.</p>	<p>Bœuf haché servi avec riz pilaf, poivrons rouges, poivrons verts, brocolis et sauce Marengo.</p> <p>Contient : Blé Pâté chinois Pâté chinois traditionnel avec bœuf haché. Contient : Produits laitiers, soya</p>	<p>Poulet servi avec pomme de terre en purée, pois vert, carotte et sauce BBQ</p> <p>Contient : Produits laitiers, blé et soya</p>	<p>Penne avec saucisse italiennes douces avec sauce rosée.</p> <p>Contient : Porc et blé</p>	<p>Savoureuse dinde servie avec sauce aux canneberges, pommes de terre en purée, pois verts et carottes.</p> <p>Contient : Produits laitiers, soya</p>
Semaine 2					
	26 décembre	27 décembre	28 décembre	29 décembre	30 décembre
REPAS DU JOUR	 <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">Joyeux Noël</p>				
Ingrédients					Fermé!!

Semaine 3	info@lespetitschefs.com 450-812-8334				
	2 janvier	3 janvier	4 janvier	5 janvier	6 janvier
REPAS DU JOUR			Couscous au poulet	Macaroni au fromage	Riz mexicain
Ingrédients	Fermé!!	<p>Boeuf Marengo Boeuf hâché servi avec riz pilaf, poivrons rouges, poivrons verts, brocolis et sauce Marengo. Contient : Blé</p> <p>Tofu teriyaki végété Nid de vermicelles servi avec cube de tofu, fèves entières, carottes bicolores et notre onctueuse sauce teriyaki maison. Contient: Soya</p> <p>Pad taie végété Spaghettis, maïs entiers, poivrons, oignon, tofu et sauce au gingembre, soya, miel et ail. Contient : Soya</p>	<p>Couscous avec carottes, mélange poivrons, oignons, maïs en grains, céleris et poulet aux épices grecs (Légumes déshydratés tomates séchées, poivrons rouges, oignon et ail. Huile de tournesol). Contient : Blé et huile de tournesol</p>	<p>Macaronis avec véritable sauce maison au fromage avec brocolis.</p> <p>Contient : Produits laitiers, moutarde, soya et blé. Peut contenir du sésame.</p>	<p>Pâté chinois avec viande de soya en remplacement du boeuf.</p> <p>Contient : Produits laitiers et soya</p>
Semaine 4					
	9 janvier	10 janvier	11 janvier	12 janvier	13 janvier
REPAS DU JOUR	Boeuf Marengo	Macaroni bolognaise végété	Pain de viande	Pâté au saumon	Boulettes Teriyaki Végé
Ingrédients	<p>Boeuf hâché servi avec riz pilaf, poivrons rouges, poivrons verts, brocolis et sauce Marengo.</p> <p>Contient : Blé</p>	<p>Macaroni avec sauce bolognaise avec protéine de soya sans viande carottes, tomates, céleris, oignons.</p> <p>Contient: légumineuse, Blé et soya</p>	<p>Fait avec du boeuf servi avec pommes de terre en purée, carottes, courges musquées nappé de sauce brune.</p> <p>Contient : Produits laitiers, oeuf, blé et soya</p>	<p>Pâté au saumon Servi avec haricots verts et maïs en grain.</p> <p>Contient : Poisson, produits laitiers, soya et blé</p>	<p>Boulettes végétariennes à base de soya servies avec notre fabuleuse sauce soya, riz à saveur d'oignon et carottes et maïs. Contient: blé, légumineuse et soya.</p>

Semaine 5	info@lespetitschefs.com 450-812-8334				
	16 janvier	17 janvier	18 janvier	19 janvier	20 janvier
REPAS DU JOUR	Poulet sauce parmesan	Pâté chinois	Poulet miel orangé	Couscous au poulet	Fusillis Kwi-Kwi
Ingrédients	<p>Haut de cuisse de poulet nappé de sauce parmesan accompagné de pâtes fraîches spaghetti et carottes jaunes et oranges en julienne.</p> <p>Contient: Produits laitiers</p>	<p>Pâté chinois traditionnel avec bœuf haché.</p> <p>Contient : Produits laitiers, soya</p>	<p>Haut de cuisse de poulet de la Ferme des Voltigeurs mariné à la marmelade d'orange, sauce soya et sauce miel et ail, servi avec riz, haricots verts et jaunes.</p> <p>Contient : Soya</p>	<p>Couscous avec carottes, mélange poivrons, oignons, maïs en grains, céleris et poulet aux épices grecs (Légumes déshydratés tomates séchées, poivrons rouges, oignon et ail. Huile de tournesol).</p> <p>Contient : Blé et huile de tournesol</p>	<p>Fusillis nappés de sauce bolognaise végétarienne avec fromages en grain.</p> <p>Contient: Soya, blé et produit laitier.</p>
Semaine 6					
	23 janvier	24 janvier	25 janvier	26 janvier	27 janvier
REPAS DU JOUR	Macaroni au fromage	Ragoût de boulettes	Riz mexicain	Fettucines Alfredo	Poulet Tao!
Ingrédients	<p>Macaronis avec véritable sauce maison au fromage avec brocolis.</p> <p>Contient : Produits laitiers, moutarde, soya et blé.</p> <p>Peut contenir du sésame.</p>	<p>Boulettes de bœuf nappées d'un mijoté de carottes et oignons, servies avec pommes de terre en purée et pois verts.</p> <p>Contient: Produits laitiers et soya</p>	<p>Riz à la mexicaine avec bœuf haché, maïs en grains, poivrons.</p> <p>Contient: protéine bovine et légumineuse</p>	<p>Fettucines Alfredo avec brocolis.</p> <p>Contient : Produits laitiers et blé</p>	<p>Haut de cuisse enduit de sauce Tao du chef servi avec riz croustillant (base d'oignon et croustillant de maïs), brocolis et carottes jaunes en julienne.</p> <p>Contient: Soya</p>

Semaine 7	info@lespetitschefs.com 450-812-8334				
	30 janvier	31 janvier	1 février	2 février	3 février
REPAS DU JOUR	Poulet BBQ	Boulettes teriyaki	Chili végétarien	Poulet Aigre-doux	Macaroni au fromage
Ingrédients	<p>Poulet servi avec pommes de terre en purée, pois vert, carottes et sauce BBQ.</p> <p>Contient : Produits laitiers, blé et soya</p>	<p>Boulettes de bœuf nappées de sauce teriyaki servies avec riz pilaf, haricots verts et maïs en grains.</p> <p>Contient : Blé, soya</p>	<p>Mélange de macédoine de légumes, pois vert, haricots rouges, viande de soya, riz blanc, sauce tomate et épices.</p> <p>Contient : Soya</p>	<p>Pâté au saumon Servi avec haricots verts et maïs en grain.</p> <p>Contient: Poisson, produits laitiers, soya et blé</p>	<p>Macaronis avec véritable sauce maison au fromage avec brocolis.</p> <p>Contient : Produits laitiers, moutarde, soya et blé. Peut contenir du sésame.</p>
Semaine 8					
	6 février	7 février	8 février	9 février	10 février
REPAS DU JOUR	Lasagne Gratinée	Poulet sauce parmesan	Tofu Teriyaki	Poulet à l'érable	Fusillis Kwi-Kwi
Ingrédients	<p>Lasagne Gratinée au fromage mozzarella et farcie de sauce à la viande (veau et boeuf, oignons, carottes, céleris et tomates).</p> <p>Contient : Produits laitiers et blé</p>	<p>Haut de cuisse de poulet nappé de sauce parmesan accompagné de pâtes fraîches spaghetti et carottes jaunes et oranges en julienne.</p> <p>Contient: Produits laitiers</p>	<p>Nid de vermicelles servi avec cube de tofu, fèves entières, carottes bi- colores et notre onctueuse sauce teriyaki maison.</p> <p>Contient: Soya</p>	<p>Poulet servi avec riz à l'ail, haricots verts, maïs en grains et sauce crémeuse à l'érable.</p> <p>Contient : Produits laitiers</p>	<p>Fusillis nappés de sauce bolognaise végétarienne avec fromages en grain.</p> <p>Contient : Soya, blé et produit laitier</p>