

Au menu cette semaine

Cégep de Trois-Rivières

DU 18 AU 22 NOVEMBRE



Ce menu est entièrement élaboré dans le respect des critères de **Menu Santé**, **Menu bon choix***.

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu 1	Tortellini au fromage	Tofu au cari et lait de coco	Sauté végétarien aux nouilles asiatiques	Burrito végété	Frittata aux épinards et fromage
Menu 2	Poulet, sauce forestière	Chili con carne	Poulet Général Tao	Rotini au bœuf gratiné	Burger aux porc effiloché
Menu 3				Thématique du jour	

*Menu Santé, Menu bon choix !

- Cuisson préservant la valeur nutritive des aliments.
- Cuisson sans friture ou Utilisation de bon gras en quantité minimale.
- Utilisation de produits laitiers à teneur réduite en matières grasses.
- Utilisation de produits saisonniers frais provenant de sources locales et durables.
- Utilisation de produits sans sel ajouté ou à faible teneur en sel ajouté et d'ingrédients à teneur réduite en sodium.
- Utilisation de produits céréaliers à grain entiers.

Bon appétit !

*Excelso est fier de vous faire savourer au quotidien des **produits d'ici** en s'approvisionnant majoritairement auprès de **fournisseurs locaux**.

Plats reconnus
Aliments du Québec



Avertissement : Tous nos produits peuvent avoir été en contact ou contenir un allergène.

Warning: All our products may contain or may have been in contact with an allergen.