


Au menu cette semaine

Cégep de Trois-Rivières

DU 2 AU 6 DECEMBRE



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

SEMAINE 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Menu 1	Frittata aux petits légumes	Poisson blanc, sauce vierge	Pâtes au pesto et féta	Spaghetti à la viande	Pizza garni
Menu 2	Mijoté de poulet en croûte	Parmentier de porc effiloché	Kefta de bœuf, sauce tzaziki	Vol-au-vent au poulet	Choix du chef ! 
Menu 3	Thématique du jour	Thématique du jour	Thématique du jour	Thématique du jour	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.