

# Au menu cette semaine

## Cégep de Trois-Rivières

Du 21 au 25 avril



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   | Lasagne ratatouille | Tofu Général Tao  | Cari aux épinards et boulettes végé | Taquitos aux haricots et fromage  |
| Menu 2    | Fricassé de saucisses de Toulouse  | Kebab de porc       | Shawarma au poulet   | Vol-au-vent                         | Chili con carne  |
| 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 !**

Plats reconnus  
Aliments du Québec 

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

**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.