



REPAS

SEMAINE 1

27 août  
22 oct.  
17 déc.  
25 fév.  
29 avril

SEMAINE 2

3 sept.  
29 oct.  
7 jan.  
11 mars  
6 mai

SEMAINE 3

10 sept.  
5 nov.  
14 jan.  
18 mars  
13 mai

SEMAINE 4

17 sept.  
12 nov.  
21 jan.  
25 mars  
20 mai

Semaine du

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

<p><b>Entrée</b> F: Sous-marin (jambon, dinde, fromage)</p> <p>C : Poulet général Tao, riz basmati, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Macaroni sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>Yogourt aux fruits</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, fromage à la crème, poitrine de dinde</p> <p>C: Tourtière bœuf et veau, purée de pommes de terre, haricots verts</p> <p><b>C2</b> : Pizza blé entier, fromage</p> <p><b>Fruit frais</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Pizza aux tomates, fromage «ficello», jambon</p> <p>C: Morceaux de poitrine de poulet, sauce aigre-douce, riz, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)</p> <p><b>Petit pain aux dattes</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Pita blé entier à la salade de thon</p> <p>C : Boulettes de boeuf À l'italienne, pommes de terre, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Croquettes de poulet MG, purée de pommes de terre, macédoine</p> <p><b>Sauce aux pommes</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade de poulet mexicaine avec fromage</p> <p>C: Pennine sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>C2</b> : Hamburger au poulet multigrains</p> <p><b>Galette d'avoine</b> Jus</p>
<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, fromage crème, jambon</p> <p>C: Omelette, légumes, pommes de terre en quartier</p> <p><b>C2</b> : Pennine, sauce à la viande, (bœuf)</p> <p><b>Fruit frais</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade César au poulet</p> <p>C: Bâtonnets de poisson (4), purée de pommes de terre, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)</p> <p><b>Biscuit pomme &amp; sarrasin</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Baguette de blé à la salade aux œufs</p> <p>C: Croque-monsieur (blé entier, jambon et fromage)</p> <p><b>C2</b> : Hamburger au poulet multigrains</p> <p><b>Mandarines</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Sous-marin au poulet</p> <p>C: Mini ravioli au fromage, sauce primavera (tomates et légumes)</p> <p><b>C2</b> : Hot Dogs (2), (Saucisses fumées au poulet)</p> <p><b>Yogourt aux fruits</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Sandwich multigrains à la salade de poulet</p> <p>C: Pizza blé entier (pepperoni de dinde /fromage)</p> <p><b>C2</b> : Rigatoni sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>Galette d'avoine</b> Lait 2%</p>
<p><b>Entrée</b> F: Panini de blé, poitrine de dinde et laitue</p> <p>C: Jambon au sirop d'érable, pommes de terre en quartier, haricots verts et jaunes</p> <p><b>C2</b> : Pizza blé entier végétarienne</p> <p><b>Yogourt en tube</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: « Croque thon » pain de ménage de blé, carré de cheddar</p> <p>C: Macaroni au fromage « Midibouffe »</p> <p><b>C2</b> : Hamburger au bœuf</p> <p><b>Fruit frais</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade de saumon tériyaki</p> <p>C: Poulet grillé parmigiana, (sauce tomate/mozzarella) riz et macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)</p> <p><b>Muffin aux carottes</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Wrap blé entier au poulet, carottes, laitue et sauce ranch</p> <p>C: Fusilli sauce à la viande, (bœuf)</p> <p><b>C2</b> : Boulettes de poulet BBQ, riz &amp; macédoine</p> <p><b>Pouding au lait (chocolat)</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Pizza aux tomates, fromage « ficello », jambon</p> <p>C: Hamburger au poulet</p> <p><b>C2</b> : Tofu général Tao, riz basmati, brocoli</p> <p><b>Galette graham et lin</b> Lait 2%</p>
<p><b>Entrée</b> F: Wrap blé entier, jambon et fromage, salade garnie</p> <p>C: Filet de saumon, riz, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Poitrine de poulet grillé, sauce BBQ, riz et macédoine de légumes</p> <p><b>Fruit frais</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Sous-marin (dinde/fromage)</p> <p>C: Macaroni sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>C2</b> : Brochette de poulet, Riz au quinoa rouge et légumes</p> <p><b>Yogourt aux fruits</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, fromage à la crème, jambon</p> <p>C: Pizza blé entier (pepperoni de dinde /fromage)</p> <p><b>C2</b> : Croquettes de poulet MG, purée de pommes de terre, maïs</p> <p><b>Petit pain aux bleuets et yogourt</b> Jus</p>	<p><b>Entrée</b> F: Sandwich 4 points (jambon, poulet, œuf, fromage)</p> <p>C: Saucisses au poulet (3), purée de pommes de terre, macédoine de légumes</p> <p><b>C2</b> : Pennine sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>Gelée au jus de fruits</b> Lait 2%</p>	<p><b>Entrée</b> F: Guacamole, croustilles de maïs, fromage «ficello»</p> <p>C: Pâté chinois (bœuf)</p> <p><b>C2</b> : Hamburger au poulet MG</p> <p><b>Yogourt en tube</b> Jus</p>

\*\*\* TOUS LES REPAS INCLUENT : UNE ENTRÉE, L'ASSIETTE PRINCIPALE, LE DESSERT ET LE BREUVAGE

NOS ENTRÉES : SOUPE, CRAQUELINS, CRUDITÉS, FROMAGE, SALADE, PETIT PAIN DE BLÉ ENTIER OU JUS DE LÉGUMES

PRIX : 5.95\$ LE REPAS OU 57.50\$ POUR 10 REPAS (AUCUN CHÈQUE INFÉRIEUR À 12.00\$, UN CHÈQUE RETOURNÉ PAR LA BANQUE ENTRAÎNERA DES FRAIS DE 15.00\$)

LES DENRÉES PEUVENT ÊTRE REMPLACÉES SANS PRÉAVIS \*\*\* PAR SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT, DES USTENSILES RÉUTILISABLES DOIVENT ÊTRE APPORTÉS DE LA MAISON

NOUVEAU !!! OPTION VÉGÉTARIENNE DISPONIBLE TOUS LES JOURS

SUR LE SITE DE COMMANDE EN LIGNE

M.A.J. 19 JUIN 2018



\* JUSQU'À 9H00 LE MATIN \*

**REPAS**

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

**SEMAINE 5**  
24 sept.  
19 nov.  
28 jan.  
1 avril  
27 mai

**SEMAINE 6**  
1 oct.  
26 nov.  
4 fév.  
8 avril  
3 juin

**SEMAINE 7**  
8 oct.  
3 déc.  
11 fév.  
15 avril  
10 juin

**SEMAINE 8**  
15 oct.  
10 déc.  
18 fév.  
22 avril  
17 juin

**Semaine du**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p><b>Entrée</b> F: Salade orientale au poulet</p> <p><b>C:</b> Pâté au saumon, haricots verts</p> <p><b>C2:</b> Pennine sauce à la viande (bœuf) <b>Fruit frais</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, fromage à la crème, jambon</p> <p><b>C:</b> Fajitas de blé au poulet, poivrons en lanières</p> <p><b>C2:</b> Pâté chinois (Bœuf) <b>Yogourt en tube</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Pizza aux tomates, fromage ficello et jambon</p> <p><b>C:</b> Hamburger au bœuf</p> <p><b>C2:</b> Macaroni au fromage « Midibouffe » <b>Sauce aux pommes</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Couscous aux légumes et aux légumineuses</p> <p><b>C:</b> Fusilli sauce à la viande, (bœuf), gratinée</p> <p><b>C2:</b> Poulet à l'orientale riz basmati et légumes <b>Galette quinoa et canneberges</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Kaiser jambon et fromage</p> <p><b>C:</b> « Hot dogs » (2) (saucisses au poulet)</p> <p><b>C2:</b> Boulettes de poulet BBQ, riz au quinoa rouge, macédoine de légumes <b>Yogourt aux fruits</b> <b>Jus</b></p>
<p><b>Entrée</b> F: Sous-marin au poulet</p> <p><b>C:</b> Fusilli sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>C2:</b> Riz chinois au poulet, légumes asiatiques <b>Fruit frais</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Petits pains farcis au jambon crudités</p> <p><b>C:</b> Steak de Hambourg, (Hamburger steak) pommes de terre grecques, macédoine de légumes</p> <p><b>C2:</b> Pizza blé entier sauce tomate et fromage <b>Granola céréales &amp; canneberges</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade de rotini aux légumes et au thon et oeuf</p> <p><b>C:</b> Croquettes de poulet (5) purée de pommes de terre mais en grains &amp; carottes</p> <p><b>C2:</b> Pâté chinois (bœuf) <b>Pouding au lait (vanille)</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade de poulet mexicaine, fromage,</p> <p><b>C:</b> Pennine sauce à la viande, (bœuf)</p> <p><b>C2:</b> Hamburger au poulet MG <b>Yogourt en tube</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Baguette de blé à la salade de poulet</p> <p><b>C:</b> Pizza blé entier (pepperoni de dinde/fromage)</p> <p><b>C2:</b> Fusilli aux légumes sauce rosée <b>Galette d'avoine</b> <b>Lait 2%</b></p>
<p><b>Entrée</b> F: Pizza aux tomates, fromage «ficello», poitrine de dinde</p> <p><b>C:</b> Macaroni au fromage « Midibouffe »</p> <p><b>C2:</b> Crêpe poulet et poireaux, légumes en julienne <b>Fruit frais</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, fromage à la crème, jambon</p> <p><b>C:</b> Bouchées de poulet sauce au chili doux, riz basmati, macédoine de légumes</p> <p><b>C2:</b> Pâté chinois (bœuf) <b>Biscuit tendre aux bananes</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Wrap blé entier au poulet, carottes, laitue et sauce ranch</p> <p><b>C:</b> Rigatoni sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>C2:</b> Burger de poisson <b>Petit pain bleuets et yogourt</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Salade grecque croustilles de tortillas de blé</p> <p><b>C:</b> Pâté chinois (bœuf)</p> <p><b>C2:</b> Poulet grillé parmigiana, (sauce tomate/mozzarella) riz et macédoine de légumes <b>Yogourt aux fruits</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: « Croque-thon », pain de ménage de blé entier carré de cheddar</p> <p><b>C:</b> Hamburger au poulet</p> <p><b>C2:</b> : Côtes-levées (porc), riz, macédoine de légumes <b>Galette d'avoine</b> <b>Lait 2%</b></p>
<p><b>Entrée</b> F: Salade César au poulet, fromage</p> <p><b>C:</b> Pâté au poulet, pommes de terre et légumes</p> <p><b>C2:</b> Farfalle au saumon, brocoli <b>Compote de fruits</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Pita blé entier salade de thon</p> <p><b>C:</b> Boulettes de poulet BBQ, riz pilaf, macédoine de légumes</p> <p><b>C2:</b> Macaroni sauce à la viande (bœuf) <b>Fruits frais</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Sandwich 4 pointes (jambon, poulet, œuf, fromage)</p> <p><b>C:</b> Saucisses au poulet (3), purée de pommes de terre, macédoine de légumes</p> <p><b>C2:</b> Pizza blé entier végétarienne <b>Yogourt aux fruits</b> <b>Jus</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Bagel blé entier, crudités, fromage à la crème, jambon</p> <p><b>C:</b> : Tortellini (pâtes aux œufs) bœuf et veau, sauce rosée</p> <p><b>C2:</b> Hamburger au poulet MG <b>Galette graham et lin</b> <b>Lait 2%</b></p>	<p><b>Entrée</b> F: Pizza aux tomates, fromage « ficello » et jambon</p> <p><b>C:</b> Fusilli sauce à la viande (bœuf)</p> <p><b>C2:</b> Pâté Chinois (bœuf) <b>Muffin avoine choco/framboises</b> <b>Jus</b></p>

\*\*\* TOUS LES REPAS INCLUENT : UNE ENTRÉE, L'ASSIETTE PRINCIPALE, LE DESSERT ET LE BREUVAGE

\*\*\* PAR SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT, DES USTENSILES RÉUTILISABLES DOIVENT ÊTRE APPORTÉS DE LA MAISON

COMMANDEZ EN TOUS TEMPS SUR NOTRE SITE INTERNET  
[WWW.MIDIBOUFFE.COM](http://WWW.MIDIBOUFFE.COM)

PRODUITS COMPLÉMENTAIRES À LA BOÎTE À LUNCH DISPONIBLE SELON LES ÉTABLISSEMENTS (GALETTE À L'AVOINE, JUS 100% FRUIT, CRUDITÉS, SANDWICH ET AUTRES)

Nouveau !!! Option végétarienne disponible tous les jours sur le site de commande en ligne

M.A.J. 19 JUIN 2018