

## MENU DE LA 55<sup>e</sup> FINALE DES JEUX DU QUÉBEC - LAVAL ÉTÉ 2022

JEUDI 21 JUILLET (MISSIONNAIRES)	VENDREDI 22 JUILLET	SAMEDI 23 JUILLET	DIMANCHE 24 JUILLET	LUNDI 25 JUILLET
DÉJEUNER (Montmorency missionnaires seulement)	DÉJEUNER (Montmorency missionnaires seulement)	DÉJEUNER		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>
DÎNER (Montmorency missionnaires seulement)	DÎNER			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b> 1) Kaiser rôti de boeuf 2) Sous-marin au jambon 3) Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten) 4) Pain de seigle et pastrami 5) Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, <b>jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crémeuse, macaronis, pommes de terre)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b> 1) Kaiser rôti de boeuf 2) Sous-marin au jambon 3) Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten) 4) Pain de seigle et pastrami 5) Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, <b>jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crémeuse, macaronis, pommes de terre)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b> 1) Kaiser rôti de boeuf 2) Sous-marin au jambon 3) Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten) 4) Pain de seigle et pastrami 5) Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, <b>jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crémeuse, macaronis, pommes de terre)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b> 1) Kaiser rôti de boeuf 2) Sous-marin au jambon 3) Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten) 4) Pain de seigle et pastrami 5) Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, <b>jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crémeuse, macaronis, pommes de terre)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b> 1) Kaiser rôti de boeuf 2) Sous-marin au jambon 3) Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten) 4) Pain de seigle et pastrami 5) Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, <b>jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crémeuse, macaronis, pommes de terre)</b></li> </ul>
SOUPER (Montmorency missionnaires seulement)	SOUPER			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (1 choix de 3 variétés):</b> Poké bowl froid : 1) au poulet 2) aux crevettes 3) au tofu</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b> 1) Penine bolognaise (option végété : à la sauce tomate et lentilles) 2) Pâté au saumon</li> <li>• <b>salade César</b></li> <li>• <b>potage aux carottes (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b> 1) Blanquette de volaille et nouilles aux œufs 2) Fricassée de légumes et nouilles aux œufs (option végété: fricassée légumes et tofu)</li> <li>• <b>jardinière de légumes</b></li> <li>• <b>potage parmentier (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b> 1) Ratatouille à la saucisse et pain burger (option végété: ratatouille au tofu) 2) Pâté chinois</li> <li>• <b>salade du jardin</b></li> <li>• <b>potage au chou-fleur (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b> 1) Sandwich de porc effiloché 2) Lasagne bolognaise (option végété: lasagne au tofu)</li> <li>• <b>salade du jardin</b></li> <li>• <b>potage de brocoli (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>

**table des matières des modifications**

## MENU DE LA 55<sup>e</sup> FINALE DES JEUX DU QUÉBEC - LAVAL ÉTÉ 2022

MARDI 26 JUILLET (CHANGEMENT DE BLOC)	MERCREDI 27 JUILLET	JEUDI 28 JUILLET	VENDREDI 29 JUILLET	SAMEDI 30 JUILLET
DÉJEUNER				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Œufs brouillés</b></li> <li>• 1 choix parmi : crêpes (2) ou gaufres (2)</li> <li>• <b>1 choix parmi :</b> jambon (1) ou bacon (2)</li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, céréales, yogourt, yogourt sans lactose, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, fromage, rôties (2), chocolatine, croissant</li> </ul>
DÎNER				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b></li> <li>1) <del>Kaiser rôti de boeuf</del></li> <li>2) <del>Sous-marin au jambon</del></li> <li>3) <del>Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten)</del></li> <li>4) <del>Pain de seigle et pastrami</del></li> <li>5) <del>Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</del></li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crèmeuse, macaronis, pommes de terre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b></li> <li>1) <del>Kaiser rôti de boeuf</del></li> <li>2) <del>Sous-marin au jambon</del></li> <li>3) <del>Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten)</del></li> <li>4) <del>Pain de seigle et pastrami</del></li> <li>5) <del>Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</del></li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crèmeuse, macaronis, pommes de terre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b></li> <li>1) <del>Kaiser rôti de boeuf</del></li> <li>2) <del>Sous-marin au jambon</del></li> <li>3) <del>Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten)</del></li> <li>4) <del>Pain de seigle et pastrami</del></li> <li>5) <del>Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</del></li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crèmeuse, macaronis, pommes de terre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b></li> <li>1) <del>Kaiser rôti de boeuf</del></li> <li>2) <del>Sous-marin au jambon</del></li> <li>3) <del>Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten)</del></li> <li>4) <del>Pain de seigle et pastrami</del></li> <li>5) <del>Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</del></li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crèmeuse, macaronis, pommes de terre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Boîte à lunch</b></li> <li>1) <del>Kaiser rôti de boeuf</del></li> <li>2) <del>Sous-marin au jambon</del></li> <li>3) <del>Tortillas rôti de dinde (+ option sans gluten)</del></li> <li>4) <del>Pain de seigle et pastrami</del></li> <li>5) <del>Sandwich tartinade de tofu sans gluten et végétarien</del></li> <li>• <b>Choix de 7 items parmi les suivants (incluant collations) :</b> Pomme, banane, orange, yogourt à boire, fromage, sac de crudités, barre tendre, biscuit/galette, muffins, craquelins, jus Oasis (fruits), deux choix de salade (parmi chou régulier, crèmeuse, macaronis, pommes de terre)</li> </ul>
SOUPER				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b></li> <li>1) Penine bolognaise (option végété : à la sauce tomate et lentilles)</li> <li>2) Pâté au saumon</li> <li>• <b>salade César</b></li> <li>• <b>potage aux carottes (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b></li> <li>1) Blanquette de volaille et nouilles aux œufs</li> <li>2) Fricassée de légumes et nouilles aux œufs (option végété: fricassée légumes et tofu)</li> <li>• <b>jardinière de légumes</b></li> <li>• <b>potage parmentier (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants:</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b></li> <li>1) Ratatouille à la saucisse et pain burger (option végété: ratatouille au tofu)</li> <li>2) Pâté chinois</li> <li>• <b>salade du jardin</b></li> <li>• <b>potage au chou-fleur (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Repas principal (2 choix):</b></li> <li>1) Sandwich de porc effiloché</li> <li>2) Lasagne bolognaise (option végété: lasagne au tofu)</li> <li>• <b>salade du jardin</b></li> <li>• <b>potage de brocoli (+ option sans crème)</b></li> <li>• <b>Choix de 4 items parmi les suivants :</b> Pomme, banane, orange, jus de fruits, lait 2%, lait de soya, lait au chocolat, pain rond à salade, muffin, biscuit/galette, dessert du jour</li> </ul>	