

S'EMP RTER

Prêt à chauffer

Menu (10\$ chacun 15\$ portion double)

- 1- Doré croustillant, sauce à l'érable et au gingembre confit, sur son lit de quinoa : feta, menthe, pois chiches et tomates cerises.
- 2- Poitrine de poulet sauce crémeuse aux poireaux caramélisés servie sur un lit de pâte au beurre, accompagnée de légumes sautés.
- 3- Burger végétarien – à base de pois chiches – garni de poivrons bananes marinés, sauce chipotle aux tomates séchées, servi avec une salade inspirée du moment.
- 4- Quesadilla : jambon fumé, pommes, oignons caramélisés, fromage Oka, mélasse, accompagné d'un riz basmati sucré-salé.
- 5- Orzo façon risotto : mélange de champignons et de haricots romains, tomates séchées, edamames, maïs et fromage cheddar vieilli servi sur un lit de jeunes épinards.

Menu enfant (5\$ chacun) :

1-Salade de quinoa aux petits fruits confits : raisins, canneberges, abricots séchés et poulet arrosé de notre vinaigrette à l'érable.

2- Roulé au jambon, avec fromage suisse, pomme sucrée, laitue Boston, mayonnaise à l'érable ; accompagné d'une salade verte, avec fraises, parmesan et amandes grillées.

3- Pizza au fromage mozzarella et sauce tomate, basilic

Tous nos plats vont au four micro-ondes de 2 à 3 minutes ou au four conventionnel environs 5 minutes à 350, dans leurs contenants, sans le couvercle.

Merci et bon appétit !

Menu Poucino & Poucinette

Purée de fruits : (Dans des baby cubes congelé de 10 unités de 1 once, avec un mélange des trios varieties = 8 \$)

-Mangue et banane.

-Pêche, pomme et abricot.

-Pomme et cannelle.

Purée de légumes : (Dans des baby cubes congelé de 10 unités de 1 once, avec un mélange des trios varieties = 8 \$)

- Courge musquée et poire.
- Brocoli, carotte, panais, rutabaga, pomme de terre du Yukon et basilic frais.
- Patate douce, épinard, pois et maïs.

Repas complets en purés : (Dans des baby cubes congelé de 10 unités de 1 once, avec un mélange des cinq variétés = 10 \$)

- Poulet, mangue, oignon vert et raisins secs.
- Poulet, abricot, coulis de tomates et patate douce, ail, oignons, huile d'olive.
- Agneau, pomme Cortland, pruneau, patate douce, oignon, ail et menthe.
- Foie de veau, carotte, datte, poivron rouge et courge musquée, poireau, thym
- Saumon, canneberges, oignon vert, origan, citron

Croques en doigts : (En format de 10 unités congelé pour = 8\$)

- Croquettes de poulet et de pomme, oignons, persil, thym, panure de pain blanc, farine, huile de canola
- Croquettes de pois chiches ; oignons, ail, cumin, sauge, persil, oeufs, huile d'olive, huile de canola, farine