

S'EMP RTER

Prêt à chauffer

Menu (10\$ portion simple (450 g) 15\$ portion double (900 g)
6\$ portion enfant (300 g))

- 1- Salade de quinoa au poulet mariné, cheddar doux, poires caramélisées, bacon croustillant, roquette, sauce à l'érable et balsamique.
- 2- Fallafel sauce crémeuse aux sésames servi avec un couscous de légumes grillés
- 3- Saumon à la Florentine sauce crémeuse à la moutarde de Dijon, servi sur un riz sauvage.
- 4- Tacos mexicain au boeuf haché,, poivrons rôtis, laitue croquante, cheddar fort et salsa maison, accompagné d'une salade de maïs tex-mex.
- 5- Potage de carotte et patate douce, fromage, échalote, et bacon croustillant

Tous nos plats vont au four micro-ondes de 3 à 4 minutes ou au four conventionnel environ 9 minutes à 350 C, dans leur contenant, sans le couvercle.

Merci et bon appétit !