

**Liste des ingrédients du 22 au 28 septembre 2022**

JEUDI LE 22 SEPTEMBRE :

Boulette à la suédoise : veau, pommes de terre, céleris, oignons, sel. Sauce : Crème, base de poulet, moutarde de dijon, sirop érable, farine, sauce worstershire (soya, anchois), sel, poivre.

Pâtes aux légumes : pâtes, haricots verts, choux-fleurs, huile canola, sel, poivre.

Gâteau brioché au son : Farine, œufs, lait, son, huile végétale, sucre, sel, poudre à pâte, crumble (cassonade, noix de coco, farine, huile végétale, cannelle).

VENDREDI LE 23 SEPTEMBRE :

Porc au beurre : Porc, lait de coco, sauce tomates, oignons, fécule de maïs, garam masala, cari, ail, sel, poivre.

Riz basmati aux brocolis : Riz basmati, brocolis, huile canola, sel, poivre.

LUNDI LE 26 SEPTEMBRE :

Macaroni à la viande : Macaroni, bœuf haché, crème de tomates (farine de blé, soya), sauce tomates, tomates, poivrons verts, poivrons rouges, oignons, céleris, ail, sel, poivre.

MARDI LE 27 SEPTEMBRE :

Riz au poulet et au cari : Riz (bouillon de poulet), poulet, pois chiches, poireaux, carottes, choux-fleurs, brocolis, céleris, cari, sel, poivre.

Galette avoine et noix de coco : Avoine, cassonade, farine, noix de coco, œufs, margarine de soya (lactosérum), vanille, poudre à pâte, bicarbonate de soude.

MERCREDI LE 28 SEPTEMBRE :

Tartelette aux lentilles : Pâte brisée (farine de blé), lentilles, oignons, céleris, carottes, champignons, tomates, œufs, fromage, sel, ail, poivre.

Potage courge et pommes : Courges, bouillon de poulet, pommes de terre sucrées, pommes, lait, crème, sirop érable, sel, poivre.

Galette à la crème sûre : Farine, cassonade, sucre, crème sûre, fromage à la crème, margarine de soya (lactosérum), œufs, amidon de maïs, poudre à pâte, vanille, sel.