




NOM :

# Février 2026

R = remplacement de repas X = aucun repas

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Remplacement
2 Soupe aux tomates Casserole de choux Compote de pommes	3 Soupe poulet et riz Sauté de tofu et des légumes Biscuit d'avoine	4 Potage Pâté chinois Pain au banane	5 Soupe bœuf et orge Bâtonnets de poisson avec pomme de terre au four Yogourt	6 Soupe aux choux Sandwich au poulet avec salade De pâte Gâteau à la vanille	Boulettes de bœuf sauce champignon avec purée de pomme de terre et des légumes
9 Soupe aux légumes Bouilli de porc Pouding chomeur	10 Soupe poulet et nouille Boulette de porc sauce au poivre avec riz et des légumes Muffin aux bleuets	11 Soupe à l'oignon Pilons de poulet avec purée de pomme de terre et légume Jell-o	12 Potage Salade de pâte avec Œuf s farcis et fromage Renversé à l'ananas	13 Soupe légumineuse Quiches au jambon avec pommes de terre sautés Muffin aux carottes	Pâté chinois
16 FERMÉ 	17 Soupe Bœuf et riz Chili végétarien Gâteau au chocolat	18 Potage Hamburger Steak Carrée aux dattes	19 Soupe aux lentilles Cube de porc Cacciator Pouding au riz	20 Soupe Wong tong Croissant aux œufs Avec salade de choux Galette à la mélasse	Pilons de poulet avec Purée de pommes de terre Et Petits pois
23 Soupe au poireaux Macaroni chinois Pouding au pain	24 Soupe tomates et nouilles Brunch Saucisses de veaux et omelette avec patates sautés Biscuit sablé	25 Soupe tomate Casserole de poulet sauce à la king Mousse au chocolat	26 Soupe poulet et choux Riz aux légumes Pain aux pommes	27 Potage Sandwich au jambon avec crudités et fromage Tartelettes au sucre	Spaghetti
					

## Directives BouF'mobile

Pour simplifier la planification, veuillez :

- ◆ inscrire votre nom sur le menu;
- ◆ inscrire un **X**, pour toutes les journées que vous **ne désirez pas** recevoir de repas;
- ◆ inscrire un **R** si vous désirez un remplacement de repas pour cette journée;
- ◆ ne pas ajouter d'information supplémentaire sur le menu.

## Instruction pour la cuisson

- ◆ **Four micro-onde** : Ouvrir partiellement la pellicule ou y faire une petite incision
  - Pour la soupe: réchauffez pendant 1 minute
  - Pour le repas : réchauffez pendant 2 à 3 minutes
- ◆ **Four conventionnel** : Préchauffez le four à 350 F, enlever la pellicule de plastique et réchauffez pendant 10 minutes

## \*\* Petit rappel\*\*

- ◆ Si vous devez quitter pour une raison quelconque, n'oubliez pas de laisser une glacière « cooler », près de la porte d'entrée. Dans le cas contraire, la personne qui fait la livraison ne pourra pas vous laisser votre repas et il vous sera facturé à la fin du mois.
- ◆ Il est possible de remplacer le riz par des patates.

**Pour plus d'informations : 819-281-4343 poste: 104**

*Merci pour votre collaboration*