

FROZEN MEAL SERVICE *(Published May 2023)*

Agency: _____

For Delivery Week: _____

Name: _____

Route (Agency use only)

BEEF

- 10054 ___ Beef Pot Roast **LF**
- 12005 ___ Macaroni Meat & Cheese Casserole
- 12008 ___ Beef Stew **LF LS**
- 12046 ___ Chopped Swiss Steak **LF LS**
- 12062 ___ Meatloaf in Mushroom Gravy **LF LS**
- 12087 ___ Liver & Onions **LF**
- 12092 ___ Meat Lasagna
- 12108 ___ Shepherd's Pie **LF LS**
- 12111 ___ Spaghetti Bolognese **LF**
- 12118 ___ Steak & Mushroom Pie
- 12125 ___ Meatballs in Gravy
- 12130 ___ Beef Stroganoff **LS**
- 12146 ___ Meatballs and Peppers
- 12150 ___ Sliced Beef with Mushroom Gravy **LF**
- 12164 ___ Traditional Pot Roast **LF**
- 12178 ___ Oriental Beef **LF**
- 12184 ___ Sliced Beef With Creamy Peppercorn Sauce **LF**
- 12185 ___ Meatloaf With Tomato Sauce **LS**
- 12186 ___ Cabbage and Beef Casserole **LF LS**

CHICKEN & TURKEY

- 12001 ___ Chicken à la King **LF**
- 12032 ___ Country Chicken **LF**
- 12057 ___ Breaded Chicken Breast
- 12078 ___ Chicken Cacciatore **LF LS**
- 12090 ___ Roast Chicken Thigh **LF**
- 12094 ___ Lemon Chicken **LF LS**
- 12113 ___ Breaded Chicken Fingers
- 12114 ___ General Tso's Chicken **LF**
- 12116 ___ Chicken Stew **LF**
- 12124 ___ Chicken Breast with Broccoli & White Cheddar Sauce
- 12127 ___ Turkey Chili **LF LS**
- 12135 ___ Chicken Pot Pie
- 12139 ___ Sweet & Sour Chicken **LF**
- 12141 ___ Chicken Breast with Bacon Cheddar Sauce

- 12142 ___ Chicken with Mushroom Gravy **LF LS**
- 12148 ___ Chicken with Honey BBQ Sauce **LF LS**
- 12168 ___ Turkey with Stuffng **LF**
- 12175 ___ Chicken with Tangy BBQ Sauce **LF LS**
- 12177 ___ Sweet Curry Chicken
- 12179 ___ Chicken and Chorizo Jambalaya*
- 12180 ___ Chicken Pasta Rosé **LF**
- 12187 ___ Honey Apple Glazed Chicken **LF**
- 12189 ___ Butter Chicken

PORK

- 12020 ___ Pork with Stuffng **LF LS**
- 12089 ___ Rib-Style Pork Cutlet
- 12115 ___ Baked Ham **LF**
- 12138 ___ Bangers & Mash
- 12143 ___ Seasoned Pork Loin **LF**
- 12173 ___ Apple Braised Pork **LF**
- 12181 ___ Sweet and Sour Pork **LF LS**

FISH

- 12003 ___ Fish Florentine
- 12013 ___ Fish & Chips
- 12018 ___ Tuna Pasta Casserole **LF**
- 12063 ___ Salmon in Lemon Sauce
- 12119 ___ Asian-Style Glazed Salmon **LF LS**
- 12134 ___ Fish Cakes **LF**
- 12167 ___ Lemon Herb Fish **LF LS**

VEGETARIAN & CHEESE

- 10007 ___ Vegetarian Pasta Primavera **LF W**
- 10047 ___ Cheese Omelette **V**
- 10060 ___ Vegetarian Stew **LF W**
- 10062 ___ Vegetarian Chili **LF W**
- 10063 ___ Vegetarian Dhal **LF W**
- 12021 ___ Vegetable Lasagna **V**
- 12079 ___ Macaroni & Cheese **V**
- 12131 ___ Chana Masala **LF W**
- 12158 ___ Spaghetti with Tomato Sauce **LF V**

- 12176 ___ Scrambled Eggs & Homefries **V**
- 12182 ___ Mexican Rice and Bean Casserole **LF V**
- 12188 ___ Vegetable Curry **LF LS W**

SOUP

- 93007 ___ Beef Barley Soup **LF**
- 93012 ___ Cream of Cauliflower Soup **V**
- 93022 ___ Rice and Turkey Soup **LF**
- 93023 ___ Cream of Tomato Soup **V**
- 93025 ___ Beef & Vegetable Soup **LF**
- 93030 ___ Carrot Soup **LF**
- 93032 ___ Cream of Mushroom Soup **V**
- 93033 ___ Split Pea & Ham Soup **LF**
- 93036 ___ Cream of Potato & Leak Soup **V**
- 93039 ___ Broccoli Soup **LF W**
- 93051 ___ Chicken & Vegetable Soup **LF**
- 93063 ___ Squash Soup **W**
- 93354 ___ Minestrone Soup **LF V**
- 93355 ___ Chicken Noodle Soup **LF**
- 93356 ___ Country Vegetable Soup **LF W**

BREAKFAST

Choose 1 Juice + Starch

- 07085 ___ Orange Juice **LF LS W**
- 07086 ___ Apple Juice **LF LS W**
- 08009 ___ Raisin Bran Muffin **V**
- 08018 ___ Carrot Muffin **V**
- 94000 ___ Cream of Wheat Cereal **LF LS V**
- 94001 ___ Oatmeal **LF LS V**

DESSERT

- 14008 ___ Butter Tart
- 14009 ___ Carrot Cake **V**
- 14011 ___ Apple Crisp **LS V**
- 14012 ___ Peach Cobbler **LS V**
- 14014 ___ Cherry Cobbler **LS V**
- 14015 ___ Cherry Cheesecake
- 14016 ___ Fruit Cocktail **LF LS W**
- 14026 ___ Cherry Streusel **LS V**
- 14056 ___ Lemon Tart
- 14058 ___ Banana Cake
- 14077 ___ Pecan Tart **LS**
- 14080 ___ Raspberry Tart **LS**
- 14092 ___ Strawberry Shortcake **LS V**
- 14093 ___ Lemon Layer Cake **LS V**
- 14094 ___ Chocolate Fudge Cake **LS V**
- 14095 ___ Sticky Toffee Pudding **V**
- 14096 ___ Orange Layer Cake **V**
- 14313 ___ Blueberry Cake **NAS V**

All items detailed in this brochure are subject to availability and may change periodically.

To order Special Diet, Puree, and Minced meals, please contact your local Community Meals agency for an order form.

NAS No Added Sugar

LF Low Fat

LS Low Sodium

GF Gluten-Free

V Vegetarian

W Vegan

*Contains Chicken and Pork



SERVICE DES REPAS CONGELÉS *(En vigueur, mai 2023)*

Agence: _____

Pour la semaine de livraison: _____

Nom: _____

Route
(Réservé à l'agence)

BOEUF

10054	__ Rôti de boeuf braisé	FG
12005	__ Macaronis et viande	
12008	__ Ragoût de boeuf	FG FS
12046	__ Bifteck haché à la suisse	FG FS
12062	__ Pain de viande	FG FS
12087	__ Foie aux oignons	FG
12092	__ Lasagne à la viande	
12108	__ Pâté Chinois	FG FS
12111	__ Spaghetti bolognaise	FG
12118	__ Tourte au boeuf et champignons	
12125	__ Boulettes de viande en sauce	
12130	__ Boeuf Stroganoff	FS
12146	__ Boulettes de viande et poivrons	
12150	__ Tranches de boeuf avec sauce aux champignons	FG
12164	__ Pot au feu traditionnel	FG
12178	__ Boeuf à l'oriental	FG
12184	__ Boeuf tranché avec sauce crémeuse au poivre	FG
12185	__ Pain de viande avec sauce tomate	FS
12186	__ Casserole au chou et boeuf	FG FS

POULET ET DINDE

12001	__ Poulet à la King	FG
12032	__ Poulet paysan	FG
12057	__ Poitrine de poulet panée	
12078	__ Poulet Cacciatore	FG FS
12090	__ Cuisse de poulet rôti	FG
12094	__ Poulet au citron	FG FS
12113	__ Lanières de poulet panées	
12114	__ Poulet du général Tso	FG
12116	__ Ragoût de poulet	FG
12124	__ Poulet au sauce brocoli et cheddar	
12127	__ Chili à la dinde	FG FS
12135	__ Tourte au poulet	
12139	__ Poulet à la sauce aigre-douce	FG
12141	__ Poulet au sauce cheddar et bacon	
12142	__ Poulet avec sauce aux champignons	FG FS

12148	__ Poulet avec sauce BBQ au miel	FG FS
12168	__ Dinde avec farce	FG
12175	__ Poulet en sauce aigre douce	FG FS
12177	__ Poulet au cari doux	
12179	__ Jambalaya au poulet et chorizo*	
12180	__ Pâtes sauce rosée au poulet	FG
12187	__ Poulet glacé au miel et à la pomme	FG
12189	__ Poulet au beurre	

PORC

12020	__ Porc avec farce	FG FS
12089	__ Escalopette de porc	
12115	__ Jambon au four	FG
12138	__ Saucisses et purée de pomme de terre	
12143	__ Fillet de porc épicé	FG
12173	__ Porc braisé aux pommes	FG
12181	__ Porc aigre doux	FG FS

POISSON

12003	__ Poisson à la florentine	
12013	__ Poisson et frites	
12018	__ Casserole de pâtes au thon	FG
12063	__ Saumon à la sauce citron	
12119	__ Saumon glacé au style asiatique	FG FS
12134	__ Croquettes de poisson	FG
12167	__ Poisson aux fines herbes et citron	FG FS

VÉGÉTARIEN & FROMAGE

10007	__ Pâtes primavera	FG	W
10047	__ Omelette au fromage		V
10060	__ Ragoût végétarien	FG	W
10062	__ Chili végétarien	FG	W
10063	__ Dhal végétarien	FG	W
12021	__ Lasagne aux légumes		V
12079	__ Macaronis au fromage		V
12131	__ Ragoût de pois chiches	FG	W
12158	__ Spaghetti à la sauce tomate	FG	V
12176	__ Oeufs brouillés et pommes de terre rôties		V
12182	__ Casserole de fèves et riz, mexicaine	FG	V

12188	__ Cari de légumes	FG FS W
-------	--------------------	---------

SOUPE

93007	__ Soupe au boeuf & à l'orge	FG
93012	__ Soupe à la crème de chou-fleur	V
93022	__ Soupe au riz & à la dinde	FG
93023	__ Soupe à la crème de tomate	V
93025	__ Soupe au boeuf & aux légumes	FG
93030	__ Soupe aux carottes	FG
93032	__ Soupe à la crème de champignon	V
93033	__ Soupe aux pois cassés & au jambon	FG
93036	__ Soupe à la crème de pomme de terre & aux poireaux	V
93039	__ Soupe aux brocolis	FG
93051	__ Soupe au poulet & aux légumes	FG
93063	__ Soupe aux courges	W
93354	__ Soupe minestrone	FG
93355	__ Soupe au poulet & aux nouilles	FG
93356	__ Soupe aux légumes de pays	FG W

PETIT DEJEUNER

Choisis 1 Jus et 1 Amidon

07085	__ Jus d'orange	FG FS W
07086	__ Jus de pomme	FG FS W
08009	__ Muffin au son et raisins secs	V
08018	__ Muffin aux carottes	V
94000	__ Céréale creme de blé	FG FS V
94001	__ Céréale de farine d'avoine	FG FS V

DESSERT

14008	__ Tartellete au beurre	
14009	__ Gateau aux carottes	V
14011	__ Croquant aux pommes	FS V
14012	__ Tarte à la pêche	FS V
14014	__ Tarte aux cerises	FS V
14015	__ Cerise au fromage	
14016	__ Cocktail aux fruits	FG FS W
14026	__ Streusel aux cerises	FS V
14056	__ Tartelette au citron	
14058	__ Gateau aux bananes	
14077	__ Tartelette aux pacanes	FS
14080	__ Tartelette aux framboises	FS
14092	__ Gateau sablé aux fraises	FS V
14093	__ Gateau étagé au citron	FS V
14094	__ Gateau fudge au chocolat	FS V
14095	__ Pudding Anglais au caramel	V
14096	__ Gateau étagé à l'orange	V
14313	__ Gateau aux bleuets	NAS V

Tous les articles détaillés dans cette brochure sont sujets à disponibilité et peuvent changer périodiquement.

Pour commander des repas pour régime spécial, purée ou haché, veuillez contacter votre agence locale de repas communautaire pour un formulaire de commande

NAS Non additionné de sucres

FG Faible en gras

FS Faible en sodium

SG Sans Gluten

V Végétarien

W Végétalien

*Contient du poulet et du porc

apetito | HFS