


































Janvier 2020

Jour	Repas	Semaine 5 au 11 janvier	Semaine 12 au 18 janvier	Semaine 19 au 25 janvier	Semaine 26 janvier au 1 février
Dimanche	Dîner	Crêpes/Galettes Sarrazin	Assiette Brunch	Crêpes	Muffins salés
	Souper	Macaroni sauce tomate, gratiné	Morue à la Florentine	Bœuf Stroganof	Bœuf aux carottes
Lundi	Dîner	Bœuf et poivrons	Poulet Teriyaki	Fesse de jambon	Filet de porc, cheddar et canneberges
	Souper	Omelette Western	Blanquette de veau	Fettucini alfredo au poulet	Pâté au saumon
Mardi	Dîner	Poulet farci	Pâté chinois	Fish'n Chips	Boulettes suédoise
	Souper	Veau haché FOU	Omelette Jardinière	Salade César avec œufs farcis	Salade Grecque et jambon
Mercredi	Dîner	Cipaille du Lac St-Jean	Osso Bucco	General Tao	Spaghetti, smoked meat
	Souper	Croissants au thon	Croissants au jambon	Rôti de porc	Pains au goberge
Jeudi	Dîner	Riz frit, jambon et légumes	Chop Suey et Egg rolls	Lasagne	Foie de veau et bacon
	Souper	Pâtes farcies, ricotta et épinard	Raviolis au gratin	Poulet au beurre	Saumon aux crevettes
Vendredi	Dîner	Morue au beurre et aneth	Coquilles de fruits de mer	Saucisses tomatées	Fritatta
	Souper	Rôti de palette	Bœuf à l'orange	Pizza-ghetti	Poulet Parmesan
Samedi	Dîner	Assiette "Cabane à sucre"	Quiche, légumes et fromage	Grilled cheese avec jambon	Casserole jambon et pommes de terre
	Souper	Poulet chasseur	Duo sandwich et salade	Fricadelle	Cigares aux choux

Janvier 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
SALLE D'ACTIVITÉS Service de la collation tous les jours à 14h45 Tous les matins, les résidents peuvent se réunir pour une relaxation guidée et une séance d'exercices sur chaise. En après-midi, une offre d'activité diversifiée pour répondre à tous les goûts.			1 Bonne année à tous les résidents  NOUVEL AN	2 11h00 Messe  13h30 Atelier créatif 	3 11h00 Exercices  13h30 BINGO 15h15 Karaoké	4
5	6 10h30 Relaxation 11h Exercices   13h30 Poches	7 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Brain gym 	8 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Projet d'écriture	9 11h00 Messe  13h30 Atelier créatif 	10 11h00 On jase 13h30 BINGO 13h15 Karaoké	11
12	13 10h30 Relaxation  11h00 Exercices 13h30 Pétanque 	14 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Brain gym 	15 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Projet d'écriture	16 11h00 Messe  13h30 Départ Dany MÉGA 	17 11h00 On jase 14h00 Fête pour Pamela (karaoké)	18
19	20 10h30 relaxation 11h Exercices   13h30 Basket	21 10h30 relaxation 11h Exercices  13h30 Brain gym 	22 10h30 relaxation 11h Exercices  13h30 Spectacle et fête des résidents 	23 11h00 Messe  13h30 Atelier créatif 	24 11h00 On jase 13h30 BINGO 15h15 Karaoké	25
26	27 10h30 Relaxation 11h Exercices   13h30 Poches	28 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Brain gym 	29 10h30 Relaxation 11h Exercices  13h30 Musiques et chansons 	30 11h00 Messe  13h30 BINGO 15h15 Karaoké	31 13h30 Film	