

BROWNIES GLACÉ ICED BROWNIES

INGREDIENTS : Mélange brownies(sucre, farine de blé enrichie, poudre de cacao, shortening d'huile de palme, solides de sirop de maïs, farine de soya, sel, monoglycerides distillés, essence de vanille artificielle, couleur caramel, gomme de xanthane), eau, œuf entier liquide, shortening d'huiles végétales, sucre à glacer, chocolat mi- sucré, margarine d'huile de canola et de palme modifiée, poudre de lait écrémé, lécithine de soya.

ALLERGENES: Sulfites, blé, soya, œufs, peut contenir : Arachides, noix

INGREDIENTS: Brownies mix (sugar, enriched wheat flour, cocoa powder, shortening palm oil, corn syrup solids, soy flour, salt, distilled monoglycerides, artificial vanilla essence, caramel color, xanthan gum), water , liquid whole egg, vegetable oil shortening, icing sugar, semisweet chocolate, canola oil and modified oil palm margarine, skim milk powder , soy lecithin.

ALLERGENES: Sulphites, wheat, soy, eggs, may contain: peanuts, nuts

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour: (65g)

Valeur nutritive Nutrition Facts	
(65 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 200	
Lipides / Fat 10 g	15 %
saturés / Saturated 4,5 g	23 %
+ trans / Trans 0,1 g	
Cholestérol / Cholesterol 25 mg	
Sodium / Sodium 10 mg	1 %
Glucides / Carbohydrate 33 g	11 %
Fibres / Fibre 1 g	5 %
Sucres / Sugars 25 g	
Protéines / Protein 3 g	
Vitamine A / Vitamin A	2 %
Vitamine C / Vitamin C	2 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	15 %



Prepared by / Préparé par

1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alicène B : DAQ

CRUDITÉ & TREMPETE VEGGIES & DIP

110G

INGRÉDIENTS : Carottes, céleris, trempette (mayonnaise, sauce chili (purée de tomate, vinaigre blanc, sucre, eau, sel, oignon déshydraté, graine de tomate, graine de moutarde, épices, ail en poudre), épices).

INGREDIENTS: Carrots, celery, dip (mayonnaise, chili sauce (tomato puree, white vinegar, sugar, water, salt, dehydrated onion, tomato seeds, mustard seeds, spices, garlic powder), spices).

ALLERGÈNES: Soya, œuf, moutarde. Peut contenir : sulfites, noix et arachides.

ALLERGENS: Soy, egg, mustard. May contain: sulphites, nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE: Valeur pour: 110g

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Par portion (110 g) / Per portion (110 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 90	
Lipides / Fat 7 g	11 %
saturés / Saturated 1 g	6 %
+ trans / Trans 0,1 g	
Cholestérol / Cholesterol 5 mg	
Sodium / Sodium 200 mg	8 %
Glucides / Carbohydrate 7 g	2 %
Fibres / Fibre 2 g	8 %
Sucres / Sugars 4 g	
Protéines / Protein 1 g	
Vitamine A / Vitamin A	70 %
Vitamine C / Vitamin C	10 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	2 %



Prepared by / Préparé par

1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Ahcène B : DAQ

CRUDITÉ & TREMPETE VEGGIES & DIP

INGRÉDIENTS : Carottes, céleris, trempette (mayonnaise, sauce chili (purée de tomate, vinaigre blanc, sucre, eau, sel, oignon déshydraté, graine de tomate, graine de moutarde, épices, ail en poudre), épices).

INGREDIENTS: Carrots, celery, dip (mayonnaise, chili sauce (tomato puree, white vinegar, sugar, water, salt, dehydrated onion, tomato seeds, mustard seeds, spices, garlic powder), spices).

ALLERGÈNES: Soya, œuf, moutarde. Peut contenir : sulfites, noix et arachides.

ALLERGENS: Soy, egg, mustard. May contain: sulphites, nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour: 165g

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Par portion (165 g) / Per portion (165 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 140	
Lipides / Fat 10 g	16 %
saturés / Saturated 1,5 g + trans / Trans 0,1 g	8 %
Cholestérol / Cholesterol 10 mg	
Sodium / Sodium 300 mg	13 %
Glucides / Carbohydrate 10 g	3 %
Fibres / Fibre 3 g	12 %
Sucres / Sugars 6 g	
Protéines / Protein 2 g	
Vitamine A / Vitamin A	100 %
Vitamine C / Vitamin C	15 %
Calcium / Calcium	4 %
Fer / Iron	2 %



Prepared by / Préparé par

1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Ahcène B : DAQ

CUP SALADE COQUILLETTE GRECQUE

GREEK SALAD CUP COQUILLETTE

INGRÉDIENTS : Coquillette , tomates, vinaigrette balsamique, concombre, olive noirs, piment vert, olives, ail, conservateur (extrait sec de vinaigre), assaisonnement tout-usage, sel, persil, poivre, origan, basilic.

ALLERGÈNES: Blé, sésame, soya, moutarde et sulfites. Peut contenir : œuf de noix et arachides

INGREDIENTS: Shelley, tomatoes, balsamic vinaigrette, cucumber, olive black, green peppers, olives, garlic, preservative (vinegar dry extract), all-purpose seasoning, salt, parsley, pepper, oregano, basil.

ALLERGENS: Wheat, sesame seeds, soy, mustard and sulphites. May contain: nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour 95g

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par portion (95 g) / Per portion (95 g)	
Énergie / Energy	% valeur quotidienne / % Daily Value
Amount	% Daily Value
Calories / Calories 140	
Lipides / Fat 5 g	8 %
saturés / Saturated 0,1 g	1 %
+ trans / Trans 0 g	
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium / Sodium 350 mg	14 %
Glucides / Carbohydrate 20 g	7 %
Fibres / Fibre 2 g	9 %
Sucres / Sugars 1 g	
Protéines / Protein 4 g	
Vitamine A / Vitamin A	2 %
Vitamine C / Vitamin C	10 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	10 %



Prepared by / Préparé par
225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alcène B : DAO

SALADE DE COUSCOUS & LEGUMES COUSCOUS & VEGETABLE SALAD

INGREDIENTS : Couscous, maïs miniatures, carottes, vinaigrette tomate et pesto, pois chiches, poivron vert, poivron rouge, échalotes, oignons, céleri, jus de citron, huile d'olive extra vierge, sel, base de bouillon de légumes (légumes déshydratés (tomate, oignon, carotte, ail), conservateur (extrait sec de vinaigre), poivre.

ALLERGENES : Blé, Soya, sulfites, moutarde. Peut contenir: sésames

INGREDIENTS: Couscous, miniature corncobs, carrots, tomato and pesto dressing, chick peas, green pepper, red pepper , shallots, onions, celery, lemon juice, extra virgin olive oil, salt, vegetable soup base (dehydrated vegetables (tomato, onion, carrot, garlic), preservative (dried vinegar), pepper.

ALLERGENS: Wheat, Soy, sulphites, mustard. May contain: sesame

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour : (95 g)

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Par portion (95 g) / Per portion (95 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 120	
Lipides / Fat 5 g	7 %
saturés / Saturated 0,4 g + trans / Trans 0,2 g	3 %
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium / Sodium 320 mg	13 %
Glucides / Carbohydrate 17 g	6 %
Fibres / Fibre 1 g	6 %
Sucres / Sugars 2 g	
Protéines / Protein 3 g	
Vitamine A / Vitamin A	25 %
Vitamine C / Vitamin C	25 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	4 %



Prepared by / Préparé par
225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alicène B : DAQ

CUP SALADE DE FUSILLI

CUP SALAD FUSILLI

INGRÉDIENTS : Pâtes Fusilli, mayonnaise, cèleri, oignon, échalotes, huile de canola, vinaigre de vin rouge, sel fin, base de bouillon de légumes, conservateur (extrait sec de vinaigre), poivre, persil.

ALLERGENES : Contient : blé, soya, œuf, moutarde et sulfites. Peut contenir : substances laitières et sésames.

INGREDIENTS : Fusilli pasta, mayonnaise, celery, onion, green onions, canola oil, red wine vinegar, table salt, vegetable broth base, preservative (dried vinegar), pepper, parsley.

ALLERGENS : Contains: wheat, soy, egg, mustard and sulphites. May contain: egg, milk ingredients and sesame.

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour : (95 g)

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par portion (95 g) / Per portion (95 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 220	
Lipides / Fat 10 g	16 %
saturés / Saturated 1,5 g	8 %
+ trans / Trans 0 g	
Cholestérol / Cholesterol 5 mg	
Sodium / Sodium 105 mg	4 %
Glucides / Carbohydrate 27 g	9 %
Fibres / Fibre 2 g	7 %
Sucres / Sugars 2 g	
Protéines / Protein 5 g	
Vitamine A / Vitamin A	2 %
Vitamine C / Vitamin C	6 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	8 %



Prepared by / Préparé par
225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Ahcène B : DAO

GÂTEAU AU FROMAGE CERISE CHERRY CHEESECAKE

INGRÉDIENTS : Garniture gâteau au fromage (crème à fouetter, fromage à la crème, sucre à glacer), chapelure GRAHAM (chapelure GRAHAM, margarine, sucre), tartinade de cerises.

ALLERGÈNES: Blé, lait, soya. Peut contenir : noix et arachides.

INGREDIENTS: Garnish cheesecake (whipping cream, cream cheese, icing sugar), bread crumbs GRAHAM (GRAHAM crumbs, margarine, and sugar) and spread cherries.

ALLERGENS: Wheat, milk, soy. May contain: nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour : 65g

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par portion (65 g) / Per portion (65 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 210	
Lipides / Fat 14 g	21 %
saturés / Saturated 9 g	48 %
+ trans / Trans 0,5 g	
Cholestérol / Cholesterol 15 mg	
Sodium / Sodium 150 mg	6 %
Glucides / Carbohydrate 19 g	6 %
Fibres / Fibre 0 g	0 %
Sucres / Sugars 13 g	
Protéines / Protein 2 g	
Vitamine A / Vitamin A	8 %
Vitamine C / Vitamin C	0 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	4 %



Prepared by / Préparé par

1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alicène B : DAO

GÂTEAU AUX CAROTTES

CARROT CAKE

INGRÉDIENTS : Gâteau aux carottes (sucre, carottes, farine de blé, oeuf liquide, ananas, huile de canola, bicarbonate de soude, cannelle, poudre à pâte, sel, essence de vanille, graisse domestique), glaçage fromage à la crème (sucre à glacer, fromage à la crème (substances laitières modifiés, culture bactérienne, sel, gomme de caroube), graisse, eau, essence de vanille, colorant jaune).

INGREDIENTS: Carrots cake (sugar, carrots,, wheat flour, eggs, pineapple, canola oil, bakingsoda, cinnamon, magic powder, salt, vanilla extract, shortening), cheese creaming (icing sugar, cream cheese (modified milk ingredients, bacterial culture, salt, caroub gum), shortening, water, vanilla extract, yellow colour).

ALLERGÈNES: Blé, œuf, lait, soya. Peut contenir : noix et arachides.

ALLERGENS: Wheat, egg, milk, soy. May contain: nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE: Valeur pour : (65 g)

valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Pour (65 g) / Per (65 g)	
Quantité	% valeur quotidienne
Amount	% Daily Value
Calories / Calories 200	
Lipides / Fat 8 g	
12 %	
saturés / Saturated 2 g	
12 %	
+ trans / Trans 0,4 g	
Polyinsaturés / Polyunsaturated 1,5 g	
oméga-6 / Omega-6 0,8 g	
oméga-3 / Omega-3 0,3 g	
monoinsaturés / Monounsaturated 3,5 g	
Cholestérol / Cholesterol 30 mg	
Sodium / Sodium 200 mg	
8 %	
Glucides / Carbohydrate 32 g	
11 %	
Fibres / Fibre 1 g	
4 %	
Sucres / Sugars 26 g	
Protéines / Protein 2 g	
Vitamine A / Vitamin A 25 %	
Vitamine C / Vitamin C 2 %	
Calcium / Calcium 2 %	
Fer / Iron 4 %	



Prepared by / Préparé par
1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alcène B : DAQ

SALADE DE CHOUX CREMEUSE CREAMY CABBAGE SALAD

INGREDIENTS : Chou râpé, carottes râpées, vinaigrette salade chou, mayonnaise, oignon haché, carottes râpées, sucre fin, sel fin, moutarde en poudre, persil séché, poivre blanc, conservateur (extrait sec de vinaigre)

ALLERGENES: Soya, moutarde, œuf. Peut contenir: sésames et sulfites

INGREDIENTS: Shredded cabbage, grated carrots, coleslaw dressing, mayonnaise, chopped onion, grated carrots, sugar, salt, mustard powder, dried parsley, white pepper, preservative (vinegar dry extract)

ALLERGENES: Soy, mustard, egg. May contain: sesame and sulphites

ANALYSE NUTRITIONNELLE: Valeur pour: (140g)

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par portion (140 g) / Per portion (140 g)	
Énergie / Energy	% valeur quotidienne / % Daily Value
Calories / Calories	160
Lipides / Fat	13 g 20 %
saturés / Saturated	2 g 10 %
+ trans / Trans	0 g
Cholestérol / Cholesterol	10 mg
Sodium / Sodium	760 mg 32 %
Glucides / Carbohydrate	10 g 3 %
Fibres / Fibre	2 g 9 %
Sucres / Sugars	9 g
Protéines / Protein	2 g
Vitamine A / Vitamin A	15 %
Vitamine C / Vitamin C	60 %
Calcium / Calcium	4 %
Fer / Iron	6 %



Prepared by / Préparé par
1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alicène B : DAQ

SALADE DE MACARONI MACARONI SALAD

INGRÉDIENTS : Pâtes alimentaire, mayonnaise, céleri, carottes, oignons, huile de canola, sel, extrait de vinaigre (conservateur), assaisonnement (maltodextrine, acide citrique, benzoate de sodium, sorbate de potassium, erythorbate de sodium, citrate de sodium), poivre.

ALLERGENES : blé, soya, moutarde, sésames, œuf. Peut contenir : substances lactières et sulfites..

INGREDIENTS: Pasta, mayonnaise, celery, carrots, onions, celery, canola oil, salt, dry vinegar (Conservative), seasoning (maltodextrine, citric acid, sodium benzoate, potassium sorbate, sodium erythorbate, sodium citrate), pepper.

ALLERGENS: wheat, soy, mustard, sesame seeds, egg. May contain: milk ingredients and sulphites.

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour: 140g

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par portion (140 g) / Per serving (140 g)	
teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 270	
Lipides / Fat 3,5 g	6 %
saturés / Saturated 0,5 g	3 %
+ trans / Trans 0 g	
Cholestérol / Cholesterol 1 mg	
Sodium / Sodium 70 mg	3 %
Glucides / Carbohydrate 49 g	16 %
Fibres / Fibre 3 g	11 %
Sucres / Sugars 1 g	
Protéines / Protein 8 g	
Vitamine A / Vitamin A	2 %
Vitamine C / Vitamin C	2 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	15 %



Prepared by / Préparé par
1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Alcène B : DAQ

SALADE DE PATATES POTATO SALAD

INGREDIENTS : Pomme de terre, mayonnaise, cèleri, vinaigrette Italienne, carottes oignon , sel fin, assaisonnement pomme de terre (légumes déshydratés /ail, oignon, ciboulette/, sel, épices, huile végétale), piment rouge, persil séché, poivre noir, extrait sec de vinaigre (conservateur).

ALLERGENES: Soya, moutarde, œuf, sulfites. Peut contenir : sésames

INGREDIENTS: Potato, mayonnaise, celery, Italian dressing, carrots, onion, salt, potato seasoning (dehydrated vegetables / garlic, onion, chives / salt, spices, vegetable oil), red peppers, dried parsley, black pepper, dry vinegar (Conservative)

ALLERGENES: Soy, mustard, egg, sulphites. May contain : sesame

ANALYSE NUTRITIONNELLE : Valeur pour: (175g)

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Par portion (175 g) / Per portion (175 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 250	
Lipides / Fat 14 g	22 %
saturés / Saturated 2 g	10 %
+ trans / Trans 0 g	
Cholestérol / Cholesterol 15 mg	
Sodium / Sodium 890 mg	37 %
Glucides / Carbohydrate 28 g	9 %
Fibres / Fibre 2 g	8 %
Sucres / Sugars 3 g	
Protéines / Protein 3 g	
Vitamine A / Vitamin A	20 %
Vitamine C / Vitamin C	25 %
Calcium / Calcium	2 %
Fer / Iron	4 %



Prepared by / Préparé par
1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Ahcène B : DAQ

YOGOURT FRUITÉ GRANOLA

FRUITY YOGOURT AND GRANOLA

INGRÉDIENTS: Yogourt à la vanille, confiture fruits des champs (fraises, framboises et bleuets), céréale granola (flocons d'avoine, blé entier, cassonade, substances laitières modifiés, noix de coco sèche non sucré, huile de coco, amandes, miel, arôme naturel).

ALLERGENES :Blé, lait, noix. Peut contenir : arachides et sésames.

INGREDIENTS: Vanilla yogurt , Field fruit jam (strawberries, raspberries, blueberries), granola cereal (rolled oats, rolled whole wheat, brown sugar, modified milk ingredients, dried unsweetened coconut, coconut oil, almonds, honey, natural flavor).

ALLERGENS : wheat, milk, nuts. May contain: peanuts and sesame seeds.

ANALYSE NUTRITIONNELLE: Valeur pour: 225g

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Par Portion (225 g) / Per Portion (225 g)	
Teneur	% valeur quotidienne
Amount	% Daily Value
Calories / Calories 540	
Lipides / Fat 10 g	16 %
saturés / Saturated 4,5 g	25 %
+ trans / Trans 0,5 g	
Cholestérol / Cholesterol 25 mg	
Sodium / Sodium 320 mg	13 %
Glucides / Carbohydrate 99 g	33 %
Fibres / Fibre 7 g	27 %
Sucres / Sugars 61 g	
Protéines / Protein 20 g	
Vitamine A / Vitamin A	10 %
Vitamine C / Vitamin C	60 %
Calcium / Calcium	60 %
Fer / Iron	45 %



Prepared by / Préparé par
1225, BERGAR, LAVAL, QUÉBEC H7L 4Z7 CANADA

Ahcène B : DAQ

GÂTEAU SALADE DE FRUITS SAUCE CARAMEL

INGRÉDIENTS : Gâteau (salade de fruits (poires, pêches, eau, raisins, sucre, ananas, cerise (colorées en rouge artificiellement), acide citrique), sucre, farine velvet, œuf liquide (œufs entiers, acide citrique, mélange de gomme (xanthane et guar)), lait, poudre à pâte, bicarbonate de soude, essence de vanille), sauce caramel (sucre, lait évaporé (lait concentré, phosphate disodique, ascorbate de sodium (vitamine C), carraghénine, cholécalciférol (vitamine D3), margarine).

INGREDIENTS: Cake (fruits salad (pear, peache, water, grape, sugar, pineapple, cherry (artificially coloured), citric acid), caramel sauce (sugar, carnation milk (concentrated milk, disodium phosphate, sodium ascorbate (vitamin C), carrageenan, cholecalciferol (vitamin D3), margarine).

ALLERGÈNES: Blé, lait, œufs. Peut contenir des traces de noix et arachides.

ALLERGENS: Wheat, milk, eggs. May contain nuts and peanuts.

ANALYSE NUTRITIONNELLE

Gâteau salade de fruits sauce caramel

VALEUR POUR : (70 g)

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Pour (70 g) / Per (70 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 200	
Lipides / Fat 5 g	8 %
saturés / Saturated 1,5 g	10 %
+ trans / Trans 0,4 g	
Polyinsaturés / Polyunsaturated 1,5 g	
oméga-6 / Omega-6 0,1 g	
oméga-3 / Omega-3 0 g	
monoinsaturés / Monounsaturated 1 g	
Cholestérol / Cholesterol 25 mg	
Sodium / Sodium 190 mg	8 %
Glucides / Carbohydrate 37 g	12 %
Fibres / Fibre 1 g	4 %
Sucres / Sugars 27 g	
Protéines / Protein 3 g	
Vitamine A / Vitamin A	6 %
Vitamine C / Vitamin C	4 %
Calcium / Calcium	6 %
Fer / Iron	6 %

Préparé par : Services alimentaires Monchâteau 455, rue Braille, Québec GIP 3V2