

La Tablée du Tremplin

265, rue Toulouse, Longueuil / ☎ 450-442-4019

www.maisontremplin.com

Suivez-nous sur Facebook 😊

*RABAIS POUR LES MEMBRES



MENUS VARIÉS, ÉCONOMIQUES ET SANTÉ À SAVOURER SUR PLACE OU À EMPORTER !

🍷 SALLE À DÎNER COMMUNAUTAIRE

Lundi au jeudi : 11 h 45 à 13 h

Un choix de menu par jour !

*Soupe OU salade, plat principal, dessert, thé, café ou jus

* Repas complet	13 ans +	6-12 ans	0-5 ans
Membre	6 \$	3,50 \$	3 \$
Non-membre	7 \$	4,50 \$	3,50 \$

PRIVILÈGE POUR LES MEMBRES

6 repas pour le prix de 5.

Informez-vous à la Tablée !

Pas le temps OU pas le goût de cuisiner ?

Profitez des plats de la Tablée !

🍷 COMPTOIR DE METS CUISINÉS CONGELÉS

Lundi au jeudi : 9 h à 15 h

À partir de 4 \$

"Septembre est le mois où l'année commence à s'achever ; faites en sorte qu'il compte."

– Julie Hage

Septembre 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
	1 Pâté au quinoa	2 Boulettes porc-épic	3 Lasagne de la mer
7 Fermé Fête du travail	8 Hot dog feuilleté et fromagé	9 Vol-au-vent au poulet	10 Hamburger steak
14 Casserole de tacos	15 Aérobic sur chaise avec Jacqueline Saucisses porc et bœuf	16 Journée pédagogique Pâté chinois	17 Tablée animée : Bingo Macaroni fromagé au bacon
21 Pâtes al Limone (Pâte sauce au citron)	22 Friperie : Vente à 1\$ Hot-chicken	23 FERMÉ Cuisine collective famille	24 Tablée animée : Quizz Chili con carne
28 Divan de poulet au brocoli	29 Aérobic sur chaise avec Jacqueline Papillote de sébaste aux légumes (Poisson)	30 Riz fritt cantonnais (Œuf)	1 Tablée animée : Nos récits de voyage Quesadillas (Bœuf)

LE MENU PEUT ÊTRE MODIFIÉ SANS AVIS

**** Carte repas non acceptée ****