

Bonjour Randonneur!

Pour élaborer notre Menu Randonnée, nous avons tenu compte du Guide alimentaire canadien et nous nous sommes inspirés du livre « Pique-nique à l'expédition » de l'Institut de plein air québécois.

Nous croyons que ce menu saura combler vos attentes ainsi que vos besoins énergétiques. Si, pour des raisons de goûts personnels ou d'allergies, notre Menu Randonnée ne vous convient pas, l'équipe du Gîte du Mont-Albert se fera une joie de réaliser un Menu Randonnée « à la carte ».

Bonne randonnée et bon appétit!

L'équipe du Gîte



Photos : Photostop

Menu Randonnée

Les sandwichs du Summum

*S.V.P. Veuillez remplir une carte menu par personne

Prix : 12 \$ (+ taxes)

Boisson (1 choix)

- Orange
- Pomme
- Légumes

Fruit (1 choix)

- Orange
- Pomme

Heure limite : 9 h

Nom : _____

Numéro de chambre : _____

Heure désirée : _____

Sandwich (1 choix)

- Thon
(laitue, luzerne bio, tomate, concombre, fromage cheddar blanc, mayonnaise et beurre)
- Jambon
(laitue, fromage cheddar jaune, mayonnaise et moutarde à l'ancienne)
- Dinde
(laitue, fromage cheddar jaune, mayonnaise et moutarde de Dijon)
- Bagel au saumon fumé
(oignon, câpres et fromage à la crème)

Supplément de 5 \$

Café

Demi-litre : 3,25 \$

Dépôt de 10 \$ est nécessaire pour les thermos

Inclus dans le repas

Sac de noix, crudités, bouteille d'eau de 398 ml, barre multi-grains et sac de fruits confits.

