Semaine # 1 – MENU ÉTÉ – 2025

DÎNER	DIMANCHE DINER		LUNDI DINER		MARDI DINER		MERCREDI DINER		JEUDI DINER		VENDREDI DINER		SAMEDI DINER	
Soupes PM et Soir	**Velouté de carottes & pommes**	Tous	**Potage pois verts & radis**	Tous	**Soupe Minestrone -**Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Crème de champignons**	Tous	**Soupe poulet & juliennes -**Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Crème du jardin aux agrumes**	Tous	**Consommé boeuf & Étoiles -**Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P
Mets Principaux	**Émincé de porc au miel** Porc au miel HACHÉ/ sauce au miel **Tofu au beurre** Tofu au beurre PURÉE/ sauce au miel	R-T M-H R-T H-P	**Guédille au poulet Tex-Mex** Garn. Tex-Mex HACHÉE/ Sauce Tex-mex Garn. Tex-Mex PURÉE/ Sauce Tex-mex **Omelette aux poireaux**	R-T-M H P R-T-M	**Pain de viande français/ sauce au poivre** Pain de viande Fr. PURÉE/ sauce au poivre **Linguines/ sauce parfum du marché** **Fromage parmesan**	R-T-M H-P R-T Tous	**Poulet Estival** **Émincé de Jambon à la King** Jambon HACHÉ/ sce Béchamel Jambon PURÉE/ sce Béchamel	R-T R-T-M H P	**Hamburger de bœuf/** Relish, Moutarde **Gratin de goberge brocoli & choux-fleurs** Gratin goberge PURÉE/ sauce au fromage	R-T-M R-T-M H-P	**Galette de thon au fromage / Trempette crème sûre & ciboulette** **Tortellini au bœuf sauce crème & basilic** Tortellini HACHÉ/ sauce crème & basilic Tortellini PURÉE/ sauce crème & basilic **Fromage Parmesan**	R-T-M R-T-M H P Tous	**Porc à la Grecque/ Béchamel à l'ail** Porc grec HACHÉ/ sce Béchamel à l'ail Porc PURÉE/ sce Béchamel à l'ail **Petits pains aux œufs** Garniture aux oeufs	R-T M-H P R-T-M H
Féculents	**Riz au curcuma** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Vol-au-vent** Pomme de terre purée	R-T Tous	**P. de terre rissolées BBQ** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Riz coloré** Pomme de terre purée	R-T-M Tous
Légumes	**Macédoine cocktail au beurre** Macédoine purée au beurre	R-T-M H-P	**Maïs en grains au beurre** **Maïs purée au beurre**	R-T M-H-P	**Haricots verts au beurre** Haricots verts purée au beurre	R-T-M H-P	**Betteraves en cubes** Betteraves purée **au beurre**	R-T-M H-P	**Juliennes de carottes au beurre** **Carottes purée au beurre**	R-T-M H-P	**Brocoli** Brocoli purée au beurre	R-T-M H-P	Macédoine purée au beurre	H-P
Crudités			**Salade pommes et carottes & vinaigrette crémeuse au citron**	R-T					**Cornichons tranchés à l'aneth** **Ketchup**	R-T Tous			**Salade de betteraves & oignons**	R-T-M
Desserts & fruits	**Jello aux fraises** (fondant) **Salade de fruits** Salade de fruits purée	Tous R-T M-H-P	**Gâteau framboises & citron** Pouding enrichi **Pêches en cubes** Pêches purée	R-T-M H-P R-T-M H-P	**Mille-Feuilles** **Purée de poires**	R-T-M-H Tous	**Sorbet à la mangue -** Fondant **Compote pommes & pêches**	Tous Tous	**Gâteau choco-fruits** **Compote de fraises & rhubarbe**	R-T-M Tous	**Bavaroise aux raisins** **Compote pommes & bleuets**	Tous Tous	**Gâteau blanc & sauce au chocolat** **Abricots en demis** Abricots purée	R-T-M R-T-M H-P

SOUPER	DIMANCHE SOUPER		LUNDI SOUPER		MARDI SOUPER		MERCREDI SOUPER		JEUDI SOUPER		VENDREDI SOUPER		SAMEDI SOUPER	
Mets principaux	**Saucisse Toulouse/ Sce rosée au vin blanc** Chair saucisse HACHÉE/ Sauce rosée au vin blanc **Poisson poché/ sauce aux épinards** Poisson PURÉE/ sauce aux épinards	R-T M-H R-T-M-H P	**Macaroni à la viande gratiné** Macaroni à la viande sans fromage Macaroni viande PURÉE/ sce marinara **Fromage Parmesan** **Crêpe avoine & cannelle/ sauce sirop & pommes** **Fromage cheddar**	R-T M H-P Tous R-T-M R-T-M	**Lanières de porc sce au Porto** Porc Porto HACHÉ/ sce Porto Porc Porto PURÉE/ sce Porto **Sandwich au thon** Garniture au thon	R-T M-H P R-T-M H	**Steakette de veau/ sauce à l'oignon** Veau PURÉE/ sauce à l'oignon **Quiche au fromage cheddar & poivrons rouges**	R-T-M-H P R-T-M	**Poulet Beauceron** Poulet HACHÉ/ sauce Beauceronne Poulet PURÉE/ sauce Beauceronne **Tofu citronné à l'érable**	R-T ? M-H P R-T	**Boulettes de veau à la crème de champignons** Veau PURÉE/ sce crème De champignons **Pain doré/ sirop** **Fromage cheddar**	R-T-M H-P R-T-M R-T-M	**Hot chicken** Poulet HACHÉ/ sce hot chicken Poulet PURÉE/ sce hot Chicken **Steakette de bœuf/ sauce Bordelaise**	R-T M-H P R-T-M
Féculents	**Pomme de terre purée**	Tous	Pomme de terre purée	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**P.de terre rissolées** Pomme de terre purée	R-T-M Tous
Légumes	**Betteraves en cubes** Betteraves purée **au beurre**	R-T-M H-P	**Navets cubes au beurre** Navets purée au beurre	R-T M-H-P	**Choux-fleurs au curcuma** Chou-fleur purée au beurre & curcuma	R-T-M H-P	**Carottes assaisonnées** Carottes assaison. purée	R-T-M H-P	**Duo d'haricots au beurre** Duo d'haricots purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes & navets pilés** Carottes & navets purée au beurre	R-T-M-H P	**Pois verts** Pois verts purée au beurre	R-T-M H-P
Crudités					**Salade de macaroni** **Cornichons sucrés (Gherkins)**	R-T-M R-T								
Desserts & fruits	**Pouding chômeur** Pouding enrichi **Salade de fruits** Salade de fruits purée	R-T-M H-P R-T M-H-P	**Sundae au chocolat -** Fondant **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P	**Mousse au citron** **Purée de poires**	Tous Tous	**Gâteau extrême caramel** Gâteau mousse bleuets & génoise **Compote pommes & pêches**	R-T-M H-P Tous	**Pouding moka suisse** **Compote de fraises & rhubarbe**	Tous Tous	**Gâteau Grec** **Compote pommes & bleuets**	R-T-M Tous	**Pouding tropical** **Biscuit pommes & mélasse** **Abricots en demis** Abricots purée	Tous R-T-M R-T-M H-P

Semaine # 1

* Permis aux diabétiques **- Fondant :** les résidents qui reçoivent des liquides épaissis ou sans multiphase, ne peuvent pas recevoir de ces aliments.

. 14 mai 2025 / Brigitte St-Laurent, TDI

. **SAUCE PURÉE = SAUCE LISSE**

Dysphagie légère ► ► ► ► ► ► ► ► ► Dysphagie sévère

(R) Régulier (Rc) Régulier coupé (T) Tendre (M) Molle (H) Hachée (P) Purée

Semaine # 2 – MENU ÉTÉ – 2025

DÎNER	DIMANCHE DINER		LUNDI DINER		MARDI DINER		MERCREDI DINER		JEUDI DINER		VENDREDI DINER		SAMEDI DINER	
Soupes PM et Soir	**Crème de tomates & basilic**	Tous	**Crème de brocoli**	Tous	**Soupe aux œufs à l'italienne (Stracciatella)** -Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Potage Parmentier**	Tous	**Soupe à l'oignon & croûtons** -Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Velouté de légumes**	Tous	**Crème de choux-fleurs & miel**	Tous
Mets Principaux	**Poulet sauce brocoli** Poulet HACHÉ/ sauce brocoli Poulet PURÉE/ sauce brocoli **Salade de tortellini à la Toscane** **Fromage Parmesan**	R-T M-H P R-T Tous	**Rôti de bœuf/ sauce brune** Rôti de bœuf HACHÉ/ sauce brune **Chili végé** Chili végé PURÉE/ sauce brune	R-T M-H R-T H-P	**Porc style Osso Bucco & Gremolata** **Pains farcis à la goberge & citron** Garniture à la goberge Poisson PURÉE/ sauce Béchamel	R-T R-T-M H P	**Poulet Général Tao** Poulet HACHÉ/ sauce Général Tao Poulet PURÉE/ sauce Général Tao **Quiche aux légumes**	R-T M-H P R-T-M	**Pizza Big Mac** **Sandwich au poulet** Garniture au poulet Poulet PURÉE/ sce Béchamel	R-T-M R-T-M H P	**Poisson jardinière/ sauce herbes & citron** Poisson **SANS** jardinière / sauce herbes & citron Poisson PURÉE/ sauce herbes & citron **Boulettes de bœuf à la chinoise**	R-T-M H P R-T-M	**Coq au vin** Poulet HACHÉ/ sauce au vin Poulet PURÉE/ sauce au vin **Chop suey au tofu**	R-T M-H P R-T
Féculents	**Pomme de terre purée**	Tous	**P. de terre Grecques** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Polenta crémeuse au parmesan** Pomme de terre purée **Bâtonnets au fromage**	Tous Tous R-T-M	**Vermicelle de riz** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	Pomme de terre purée	Tous	**Riz pilaf** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous
Légumes	**Choux-fleurs** Choux-fleurs purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes assaisonnées** Carottes assaison. purée	R-T-M H-P	**Navets cubes au beurre** Navets purée au beurre	R-T M-H-P	**Macédoine soleil levant au beurre** Macédoine purée **au beurre**	R-T-M H-P	**Pois verts** Pois verts purée au beurre	R-T-M H-P	**Brocoli** Brocoli Purée au beurre	R-T-M H-P	**Maïs en grains au beurre** **Maïs purée au beurre**	R-T M-H-P
Crudités			**Salade César**	R-T					**Salade du chef & vinaigrette Amina**	R-T				
Desserts & fruits	**Gâteau aux carottes** Pouding enrichi **Compote pommes & fraises**	R-T-M H-P Tous	**Renversé aux bleuets** **Pêches en cubes** Pêches purée	R-T-M R-T-M H-P	**Bavaroise à la cerise** **Compote de fraises & rhubarbe**	Tous Tous	**Mousse Tiramisu** **Purée de poires**	Tous Tous	**Gâteau Bonbons** Gâteau mousse orange & génoise **Abricots en demis** Abricots purée	R-T-M H-P R-T-M H-P	**Mousse aux framboises** **Biscuit au fromage** **Salade de fruits** Salade de fruits purée	Tous R-T-M R-T M-H-P	**Jello aux pêches** -fondant **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P
SOUPER	**DIMANCHE SOUPER**		**LUNDI SOUPER**		**MARDI SOUPER**		**MERCREDI SOUPER**		**JEUDI SOUPER**		**VENDREDI SOUPER**		**SAMEDI SOUPER**	
Mets principaux	**Pâté chinois texan** Pâté chinois texan purée/ Sauce au ketchup **Jambon glacé miel & oranges**	R-T-M H-P R-T	**Saucisses de porc / sauce au Cognac** Porc PURÉE/ sauce au Cognac **Poisson grillée/** Sauce tartare	R-T-M H-P R-T-M R-T-M-H	**Hamburger au poulet** Sauce à burger Poulet HACHÉ/ sauce BBQ Poulet PURÉE/ sce BBQ **Tomate en tranche** -Multiphases **Crêpe d'antan/ sirop** **AVEC mélasse** **Fromage cheddar**	R-T R-T-M-H M-H P R-T R-T-M R-T R-T-M	**Boulettes de veau sauce aux poivrons rouges** Veau PURÉE/ sauce aux poivrons rouges **Fusilli au thon**	R-T-M H-P R-T-M	**Bœuf Bourguignon** Bœuf Bourguignon HACHÉ/ sauce brune Bœuf Bourguignon PURÉE/ sauce brune **Sauce aux lentilles** **Fromage Parmesan**	R-T M-H P R-T-M Tous	**Porc à la fermière** Porc fermière HACHÉ/ sce crème champignons Porc fermière PURÉE/ sce crème champignons **Croque-Monsieur à la dinde**	R-T M-H P R-T	**Pâtes au bœuf** Pâtes bœuf PURÉE/ sauce brune **Frittata aux p. de terre douces**	R-T-M H-P R-T-M
Féculents	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Frites** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Nouilles aux oeufs** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous
Légumes	**Haricots jaunes au beurre persillé** Haricots jaunes purée au beurre	R-T-M H-P	**Betteraves marinées** Betteraves purée au beurre	R-T M-H-P	**Pois verts** Pois verts purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes juliennes jaunes au beurre** Carottes jaunes purée au beurre	R-T-M H-P	**Haricots verts au beurre** Haricots verts purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes en cubes au beurre** Carottes purée au beurre	R-T-M H-P	**Navets cubes au beurre** Navets purée au beurre	R-T M-H-P
Crudités	**Ketchup**	Tous			**Cornichons sucrés** **Gherkins**	R-T								
Desserts & fruits	**Sundae au caramel –** Fondant **Compote pommes & fraises**	Tous Tous	**Pouding aux bananes** **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P	**Mousse tangerine** **Compote de fraises & rhubarbe**	Tous Tous	**Tarte à l'érable** **Crème glacée-** fondant **Purée de poires**	R-T Tous Tous	**Crème glacée au chocolat-** fondant **Abricots en demis** Abricots purée	Tous R-T-M H-P	**Quatre-quarts citron & pavot** **Salade de fruits** Salade de fruits purée	R-T-M R-T M-H-P	**Mousse au café** **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P

Semaine # 2

* Permis aux diabétiques **- Fondant :** les résidents qui reçoivent des liquides épaissis ou sans multiphase, ne peuvent pas recevoir de ces aliments.

. 13 mai 2025 - Brigitte St-Laurent, TDI

. **SAUCE PURÉE = SAUCE LISSE**

Dysphagie légère ► ► ► ► ► ► ► ► Dysphagie sévère

(R) Régulier (Rc) Régulier coupé (T) Tendre (M) Molle (H) Hachée (P) Purée

Semaine # 3 – MENU ÉTÉ – 2025

DÎNER	DIMANCHE DINER		LUNDI DINER		MARDI DINER		MERCREDI DINER		JEUDI DINER		VENDREDI DINER		SAMEDI DINER	
Soupes PM et Soir	**Soupe poulet gingembre & riz -** Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Potage navets & érable**	Tous	**Soupe potage du cultivateur** Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Crème de poireaux & pommes**	Tous	**Soupe Alphabet & tomates -**Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P	**Crème de légumes & cari**	Tous	**Soupe au poulet Majorka -**Multiphase Soupe purée	R-T-M H-P
Mets Principaux	**Bœuf Stroganoff** Bœuf Strog. HACHÉ/ Sauce brune Bœuf Strog. PURÉE/ Sauce brune **Salade combinée au macaroni & thon**	R-T M-H P R-T-M	**Hot dog/ Moutarde, Relish** Hot dog (Sauc.hachée) / moutarde, relish Saucisse HACHÉE/ Sauce Ketchup Saucisse PURÉE/ Sauce Ketchup **Filet de poulet/ Trempette moutarde & miel**	R-T M H P R-T	**Spaghetti/ sauce Sicilienne** Spag.Sicilienne.HACHÉ/ Sauce crème de tomates Spag.Sicilienne.PURÉE/ sauce crème de tomates **Fromage Parmesan** **Riz frit au poulet**	R-T-M H P Tous R-T	**Poisson grillée/** Sauce tartare **Rouelle de jambon/ Béchamel à la moutarde à l'ancienne** Jambon PURÉE/ Béchamel à la moutarde à l'ancienne	R-T-M R-T-M-H R-T-M-H P	**Tajine de poulet au citron** Tajine poulet HACHÉE/ sauce crème de tomates Poulet PURÉE/ sauce crème de tomates **Casserole de bœuf aux choux**	R-T M-H P R-T-M	**Poulet/ sauce BBQ** Poulet HACHÉ/ sce BBQ Poulet PURÉE/ sce BBQ **Macaroni aux légumes sauce rosée** **Fromage parmesan**	R-T M-H P R-T-M Tous	**Boulettes de boeuf sce Festive** Boeuf.PURÉE/ sauce Festive **Quiche aux épinards**	R-T-M H-P R-T-M
Féculents	**Nouilles aux oeufs** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pommes de terre rissolées** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Rouleaux Impériaux/ sauce aux prunes** Pomme de terre purée	R-T Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Couscous** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Frites / sce BBQ** **+ Fromage mozzarella Râpé (Poutine)** Pomme de terre purée	R-T-M R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous
Légumes	**Haricots jaunes au beurre persillé** Haricots jaunes purée au beurre	R-T-M H-P	**Pois verts** Pois verts purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes juliennes jaunes au beurre** Carottes jaunes purée au beurre	R-T-M H-P	**Carottes assaisonnées** Carottes assais. PURÉE	R-T-M H-P	**Brocoli** Brocoli purée **au beurre**	R-T-M H-P	**Pois & carottes** Pois & carottes purée au beurre	R-T-M H-P	**Tomates à l'étuvée** Haricots jaunes purée au beurre	R-T-M H-P
Crudités			**Salade de choux Ketchup**	R-T Tous			**Salade de concombres & ananas**	R-T						
Desserts & fruits	**Flan sauce aux fruits** **Compote pommes & bleuets**	Tous Tous	**Gâteau cannelle** **Abricots en demis** Abricots purée	R-T-M R-T-M H-P	**Gâteau choco-framboises** Gâteau mousse chocolat & génoise **Compote pommes & pêches**	R-T-M H-P Tous	**Mousse fruits de la passion & pêches** **Compote de fraises et rhubarbe**	Tous Tous	**Jello aux cerises -** Fondant **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P	**Sorbet aux framboises -** Fondant **Salade de fruits** Salade de fruits purée	Tous R-T M-H-P	**Mousse au fromage** **Purée de poires**	Tous Tous
SOUPER	**DIMANCHE SOUPER**		**LUNDI SOUPER**		**MARDI SOUPER**		**MERCREDI SOUPER**		**JEUDI SOUPER**		**VENDREDI SOUPER**		**SAMEDI SOUPER**	
Mets principaux	**Pâté au poulet** Poulet HACHÉ/ sauce Béchamel Poulet PURÉE/ sauce Béchamel **Émincé de porc Rougemont**	R-T M-H P R-T	**Sandwich aux œufs VÉGÉ** Garniture œufs végé **Poisson à l'indienne** **Poisson PURÉE/ sce à l'indienne**	R-T-M H R-T-M-H P	**Fricassée de bœuf** Fricassée HACHÉE/ sauce brune Fricassée PURÉE/ sauce brune **Steakette végé/ sauce brune**	R-T M-H P R-T-M	**Cannelloni from. ricotta sce rosée au vin blanc** Cannelloni PURÉE/ sce rosée au vin blanc **Fromage Parmesan** **Crêpes cottage & bananes/ sirop** **Fromage cheddar**	R-T-M H-P Tous R-T-M R-T-M	**Pâté chinois au veau** Pâté chinois v. PURÉE/ sauce au ketchup **Frittata Grecque**	R-T-M-H P R-T-M	**Sloppy Joe bœuf & lentilles** Garniture Sloppy Joe Sloppy joe PURÉE/ sce à l'Italienne **Poisson poché/ sauce à l'italienne**	R-T-M M-H? H-P R-T-M-H	**Jambon/ sce à la bière** Jambon HACHÉ/ sauce à la bière Jambon PURÉE/ sauce à la bière **Fusilli sauce aux tomates & tofu** Fromage parmesan	R-T M-H P R-T-M Tous
Féculents	**Pomme de terre purée**	Tous	**Bâtonnets au fromage** Pomme de terre purée	R-T-M Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	Pomme de terre purée	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous	**Pomme de terre purée**	Tous
Légumes	**Duo carottes juliennes au beurre** Duo carottes purée au beurre	R-T-M H-P	**Macédoine jardinière au beurre** Macédoine purée au beurre	R-T-M H-P	**Navets cubes au beurre** Navets purée au beurre	R-T M-H-P	**Haricots verts au beurre** Haricots verts purée **au beurre**	R-T-M H-P	**Betteraves en cubes** Betteraves purée au beurre	R-T-M H-P	**Duo d'haricots au beurre** Duo d'haricots purée au beurre	R-T-M H-P	**Choux-fleurs** Choux-fleurs purée au beurre	R-T-M H-P
Crudités									**Ketchup**	Tous	**Salade d'orzo**	R-T-M-H		
Desserts & fruits	**Carré aux dattes** **Compote pommes & bleuets**	R-T-M Tous	**Pouding caramel & pommes** **Abricots en demis** Abricots purée	Tous R-T-M H-P	**Tapioca** **Biscuit aux carottes** **Compote pommes & pêches**	R-T-M-H R-T-M Tous	**Crème glacée aux fraises** - fondant **Compote de fraises et rhubarbe**	Tous Tous	**Gâteau mousse café & génoise** **Pêches en cubes** Pêches purée	Tous R-T-M H-P	**Tarte au citron** Pouding enrichi **Salade de fruits** Salade de fruits purée	R-T-M H-P R-T M-H-P	**Gâteau aux épices & sce rhum** **Purée de poires**	R-T-M Tous

Semaine # 3

* Permis aux diabétiques **- Fondant :** les résidents qui reçoivent des liquides épaissis ou sans multiphase, ne peuvent pas recevoir de ces aliments.

Dysphagie légère ► ► ► ► ► ► ► ► ► Dysphagie sévère

(R) Régulier (Rc) Régulier coupé (T) Tendre (M) Molle (H) Hachée (P) Purée

. 14 mai 2025 - Brigitte St-Laurent, TDI

. **SAUCE PURÉE = SAUCE LISSE**

Menus d'ÉTÉ - 2025

Les menus d'été débutent le dimanche 18 mai 2025 et se terminent le samedi ? 11 oct. 2025, inclusivement.

Bon appétit !

SEMAINE débutant le :		Semaine 1 Menu	Semaine 2 Menu	Semaine 3 Menu
18 mai 2025		√		
25 mai			√	
1er juin				√
8 juin		√		
15 juin			√	
22 juin				√
29 juin		√		
6 juillet			√	
13 juillet				√
20 juillet		√		
27 juillet			√	
3 août				√
10 août		√		
17 août			√	
24 août				√
31 août		√		
7 sept.			√	
4 sept.				√
21 sept.		√		
28 sept.			√	
5 oct.				√

. 16 fév. 2025 / Fait par BSL, TDI