



LIVRE DE CUISINE

Menus et recettes

SYNOPSIS

Ce document a été conçu à partir de plusieurs années d'expérience cumulées par plusieurs chefs de cuisine. Son objectif est de vous faciliter la tâche sans prétendre d'avoir une réponse à toutes les questions et circonstances.

Version

Version 0.7 (en développement)

Ce document est la propriété et à l'usage exclusif du Camp de Vacances Lac Simon inc. Toute reproduction pour quelque fin que ce soit est strictement interdite.

Ce document a été écrit en utilisant la forme masculine afin d'alléger le texte, et ce, sans préjudice.

Numéro de version	Activités	Équipe de révision
Version 0 – 2002	Assemblage d'une collection de documents incluant le menu du camp et des recettes.	André J. Courchesne Michel J. Lemay Équipe de cuistots
Version 0.5 – 2018	<ul style="list-style-type: none"> • Tour de table (20 janvier 2018) pour mettre à jour et bonifier à partir des dernières expériences. • Mise en page d'un nouveau document et nouvelle structure de document. • Corrections et bonification générale du contenu 	André J. Courchesne Céline Courchesne Simon Michon Simon Diallo-Blais Michel J. Lemay, mise en page
Version 0.6	Mars 2018 Mise en page dans un nouveau format. Épuration des textes	André J. Courchesne Céline Courchesne Simon Michon Simon Diallo-Blais Michel J. Lemay, mise en page
Version 0.7	Janvier 2019 Intégration de l'expérience acquise à l'été 2018	Natali Boulva Claire Gubany Simon Michon Simon Diallo-Blais Michel J. Lemay, mise en page
Version 1	À venir Version finale	Michel J. Lemay, mise en page

Table des matières

Avant-propos.....	6
Introduction.....	6
Personnel.....	6
Chef de cuisine.....	6
Cuisinots (ou aide-cuisiniers)	8
Infrastructure.....	8
La cuisine	8
Équipements.....	8
Équipements de réfrigération.....	8
Équipements de cuisson et aire de préparation.....	9
Équipements d’entreposage sec et conservation.....	9
Équipements de cuisine	10
Équipements de service et l’aire de service	10
Salle à manger.....	10
Règlements.....	11
L’éthique.....	11
Méthode de travail	12
Planification	12
Sécurité.....	12
Salubrité	12
Technique de manipulation et conservation des aliments	13
Toxi-infections d’origine alimentaire	13
Lutte contre les insectes et les rongeurs.....	13
La gestion des déchets	13
Poubelles	14
Coffres à vidanges.....	14
Nettoyage et assainissement.....	14
Repas – mise en place.....	15
Avant de préparer les repas	15
Pendant	15
Après, il faut aussi nettoyer.....	15
Fournisseurs	15
Organisation de la cuisine	15
Avant le camp	15
Semaine avant le camp	16
Pendant le camp	16
À la fin du camp	16
Menu 14 jours – camp des garçons et des filles.....	17
Suggestion de planification hebdomadaire pour le camp des garçons.	17
Suggestion de planification hebdomadaire (en développement) pour le camp des filles	18
Menus détaillés	20

Jour 1 : Samedi – souper (Sandwiches).....	20
Jour 2 : Dimanche – dîner (Bâtonnets de poisson)	21
Jour 2 : Dimanche – souper (Hot-dogs et hamburgers).....	22
Jour 3 : Lundi – dîner (Bœuf au riz).....	23
Jour 3 : Lundi – souper (Dinde chaude).....	24
Jour 4 : Mardi – dîner (Burritos)	25
Jour 4 : Mardi – souper (Pâtes).....	26
Jour 5 : Mercredi – dîner d’excursion (Sandwiches).....	27
Jour 5 : Mercredi – souper (Poulet grillé).....	28
Jour 6 : Jeudi – dîner (Porc effiloché).....	29
Jour 6 : Jeudi – souper (Pain de viande).....	30
Jour 7 : Vendredi – dîner (Omelette)	31
Jour 7 : Vendredi – souper (Macaroni à la viande)	32
Jour 8 : Samedi – dîner (Potluck/sandwiches).....	33
Jour 8 : Samedi – souper (Pizza)	34
Jour 9 : Dimanche – dîner (Hot-dogs et hamburgers).....	35
Jour 9 : Dimanche – souper (Ragoût de boulettes)	36
Jour 10 : Lundi – dîner (Pâtés au poulet).....	37
Jour 10 : Lundi – souper (Saucisses italiennes).....	38
Jour 11 : Mardi – dîner (Burritos)	39
Jour 11 : Mardi – souper (Pâté chinois).....	40
Jour 12 : Mercredi – dîner d’excursion (Sandwiches)	41
Jour 12 : Mercredi – souper (Poulet au four)	42
Jour 13: Jeudi – dîner Simonade (« <i>Grilled Cheese</i> »).....	43
Jour 13 : Jeudi – souper (Dinde à la king).....	44
Jour 14 : Vendredi – dîner (Crêpes)	45
Jour 14 : Vendredi – souper (Lasagne au four).....	46
Jour 15 : Samedi – dîner (Tout ce qui reste).....	47
Recettes du camp	48
De base.....	48
Sauce béchamel en 5 étapes	48
Accompagnements	49
Salade de chou et sa vinaigrette.....	49
Salade de chou (la préférée d’Alain).....	50
Plats principaux.....	51
Porc effiloché à la mijoteuse	51
Poulet au beurre express	52
Sauce à spaghetti au bœuf (Michel Lemay)	53
Desserts.....	54
Croquant à la farine d’avoine (Michel Lemay).....	54
Carré magique (André Courchesne).....	55
Gâteau Reine Elisabeth (inconnu).....	56
Gâteau renversé aux rôties, bananes et beurre d’arachide.....	57

Mousse à l'érable.....	58
Pain aux bananes (Michel Lemay).....	58
Pain au citron glacé (Michel Lemay)	59
Pain aux épices (Lianne Laurin).....	60
Pain doré / pain perdu / French Toast.....	60
Pouding au riz	61
Pouding chômeur.....	61
Sablés	62
Tarte au sirop d'érable.....	62
Listes de contrôle (début du camp)	63
Inventaire des desserts des bénévoles	63
Horaire des cuistots	64

Table des tableaux

Tableau 1 – Causes principales d'une intoxication alimentaire	13
Tableau 2 – Liste des fournisseurs autorisés.....	15
Tableau 3 – Planification hebdomadaire – camp des garçons	17
Tableau 4 – Planification hebdomadaire – camp des filles	18
Tableau 5 – Inventaire des desserts reçus des bénévoles	63

Avant-propos

Ce guide, non terminé, consiste en la dernière mouture du fruit de nombreuses consultations s'échelonnant au fil des années, de mises à jour, de mise en page et de remises en question.

L'année 2022 étant une année très chargée, résultat des trois années de pandémie, la direction du Camp n'avons pas pris le temps de terminer cette nouvelle version du menu; cependant, l'essentiel s'y trouve et vous devriez être bien à même d'apprécier, d'apprendre et de réussir avec brio dans ce poste qui est maintenant le vôtre.

À noter, Chef et Cheffe des cuisines, s'il vous plaît noter le plus possible les quantités réelles utilisées pour vos recettes, pour les trois repas, question de mettre à jour le menu pour l'an prochain. De plus, nous essaierons dans le prochain menu de considérer le plus possible quelques recettes végétariennes faciles ou d'options de remplacement afin d'acclimater les bénévoles (et bénéficiaires) qui le sont de plus en plus.

Un grand merci à toutes celles et ceux ayant aidé à l'élaboration de ce document, et surtout à tous ces enfants qui, au fil des ans, ont contribué par leurs commentaires bien souvent assez crus, à nous faire comprendre ce qu'ils préféreraient... ou un peu moins. Car après tout, c'est à leurs goûts que l'on cuisine.

Introduction

Le but de ce document est de fournir un guide pour le personnel de la cuisine, autant pour le chef que ses aides. Il se veut une introduction à ce qui se passe dans ce secteur du camp et ne se prétend absolument pas comme étant un encadrement rigide. Et encore moins de prétendre d'avoir une réponse à toutes les questions.

Selon le désir du chef de cuisine, le menu inclus dans ce document pourra être changé afin de répondre aux besoins et aux impératifs du moment comme la météo. Il est important de comprendre le rôle de la cuisine au camp et de l'impact qu'ont les repas, autant au niveau de la qualité que de la quantité, sur la vie du camp.

Il incombe aux moniteurs de la cuisine d'assurer que le repas soit prêt à temps, que la nourriture soit servie à la bonne température, qu'elle ait bon goût et que le repas soit équilibré.

Personnel

Chef de cuisine

Un des buts de ce document est de donner au chef de cuisine un aperçu de ses responsabilités et des tâches qui l'attendent ainsi que certains trucs afin que le camp se déroule bien. Il ne faut pas penser tout savoir dès le départ, quelle que soit l'expérience que vous avez, il est impossible de tout savoir et tout planifier. Prenez donc ces conseils afin d'éviter les éventuels pépins qui peuvent survenir, ou plutôt qui vont survenir...

Un bon chef de cuisine c'est faire-faire, il ne doit pas faire. Vous devez avoir confiance en vos cuistots. S'il s'agit de tâches que vous considérez difficiles, commencer la tâche en expliquant ce que vous faites et une fois qu'ils ont compris, faites-vous remplacer. Ainsi, vous ne vous fatiguerez pas en faisant tout dans la cuisine et vos cuistots apprendront beaucoup plus. Si vous essayez de tout faire, je vous donne 3 jours maximum. C'est un poste très exigeant, il est important de ménager ses énergies.

Un bon chef de cuisine doit avoir une bonne équipe. Vous avez le droit de choisir certains moniteurs pour vous assurer d'avoir une équipe fiable. Si vous ne demandez pas, vous pouvez vous retrouver avec une équipe incompatible, ce qui entraînera bien des ennuis. Une fois l'équipe formée, c'est à vous d'en faire la gestion. Le plus important, c'est la motivation. Lorsqu'il fait beau et tout le monde joue dehors, ce n'est pas toujours intéressant de s'enfermer dans la cuisine. Vous devez donc faire en sorte que les cuistots s'amuse et rient en leur permettant quelques conneries. Vous ne devez pas prendre pour acquis qu'ils savent ce qu'ils doivent faire. Même les plus simples tâches deviennent un fardeau si on n'utilise pas la bonne technique. Vous devez donc exprimer clairement la technique que vous voulez qui soit utilisée et expliquer aussi pourquoi. Malheureusement, il va arriver que vous ayez à faire de la discipline. Ceci peut s'avérer difficile, surtout si les cuistots sont d'abord et avant tout vos amis. La règle d'or est de toujours faire les interventions en privé et de manière constructive et pas négative. Si le cas est trop délicat, vous pouvez recourir à un membre de la direction. Ne vous inquiétez pas si vous avez un cuistot vraiment mauvais et que tous les autres chient dessus. C'est normal, il y en a un à chaque année. C'est à vous de vous assurer que les chialeries restent dans les limites de l'acceptable. Vous devez surtout vous assurer que le cuistot en question ne soit pas démoralisé et puisse s'enrichir de son expérience. Le camp est là pour permettre au campeur de s'enrichir, mais également pour permettre au moniteur de s'enrichir et de se dépasser. Souvenez-vous : « Il faut exiger de chacun ce que chacun peut donner ».

En plus de faire la gestion de l'équipe, c'est à vous de faire la gestion de l'inventaire. Pour bien y arriver, il faut que ce soit vous qui placiez la nourriture. Ainsi, vous savez exactement ce que vous avez et où vous l'avez. Ceci vous évitera de vous retrouver à la fin du camp avec du stock pas passé. Vous devez également, dès le premier jour du camp, calculer quelles quantités de lait et de pain le camp passe par jour. Ainsi vous saurez quand commander le lait et le pain. Ceci vous évitera

également de vous retrouver avec un surplus incroyable de pain et de lait à la fin du camp. En ce qui concerne la gestion de l'inventaire, il y a un mot clé : PRÉPARATION.

Un autre aspect important de la planification est celle des accompagnements et des desserts. Je vous conseille fortement de planifier à l'avance vos soupes et vos accompagnements. Il n'a vraiment rien de plus plate que de manger du JELL-O^{MD} pendant trois jours de suite. Croyez-moi, si vous ne planifiez pas d'avance, vous serez pris au dépourvu et devrez faire du JELL-O^{MD}. Le dessert ou les soupes sont faciles à faire, mais vous n'avez pas toujours le temps d'y penser ou de les préparer. La meilleure solution est de les planifier à l'avance, lorsqu'il y a des moments détentes à la cuisine, ou d'assigner un cuistot au dessert.

Un aspect crucial de votre réussite aux cuisines, c'est la communication avec le chef de camp. Le chef de camp s'attend toujours à être au courant des modalités du repas (feu dans les coins, tout le monde sur le Champ-de-Mars etc.). De votre côté, vous devez exiger de savoir au moins trois jours à l'avance quand aura lieu l'excursion. Pour ce faire, vous devez être achalant et toujours y penser. C'est la seule façon de ne pas se retrouver le soir avant l'excursion avec des poitrines de poulet complètement gelées. Un autre aspect de la communication c'est l'heure du repas. Il peut arriver que vous ayez besoin de 15 minutes de plus ou de moins, l'important est d'avertir le chef de camp à l'avance afin qu'il ait assez de temps pour modifier son horaire.

Il est absolument primordial d'établir des règlements dès le début de votre camp. De cette façon, on évite la débandade. Je crois qu'il est important d'interdire à tout moniteur non-cuistot de rentrer dans l'aire de cuisine. Si vous n'êtes pas clair sur ce point, je vous garantis que vous allez avoir des moniteurs dans les jambes et qui vont fouiller dans vos affaires en arrière. Vous devez être clair et strict, même s'il s'agit de vos amis. On évite ainsi des conflits beaucoup plus gros. Un autre point sur lequel vous ne pouvez pas lésiner, c'est la vaisselle du « *crouch* ». Je vous garantis que si vous n'établissez pas les règlements dès le début, vous allez vous retrouver à faire la vaisselle seul à minuit.

Le poste de chef de cuisine est l'un des postes que vous devez préparer avant l'arrivée au camp. Vous devez quasiment apprendre votre menu par cœur, l'étudier et l'annoter. Un truc que j'avais était de me mettre des notes pour quand décongeler les aliments. Ça évite des mauvaises surprises. Vous devez être à l'aise balaise avec le menu. Vous êtes libre d'y apporter vos modifications, c'est vous le chef après tout !

Souvenez-vous qu'un des problèmes de cuisiner pour 70 personnes, c'est la quantité. Combien préparer ? Personnellement, je préparais toujours un petit peu plus que recommandé. Les restes sont toujours appréciés aux « *crouch* », surtout si Bert est au camp! Je crois qu'il vaut mieux trop que pas assez. Attention au gaspillage par contre.

Un autre point délicat, c'est les épices. Beaucoup de cuistots ont tendance à se laisser emporter par la quantité et exagèrent considérablement avec les épices Bifteck de Montréal dans le pâté chinois ou montagne de poivre dans la sauce au poivre. Le truc c'est d'ajouter un petit peu à la fois et de goûter à chaque fois. C'est long, mais c'est beaucoup mieux que de passer la viande hachée au gun à pression.

En tant que chef de cuisine, c'est vous qui allez recevoir toute la critique. Vous vous dites probablement comme moi avant le camp, que ce n'est pas si pire et que vous serez capable, ce qui est vrai. Mais je vous garantis qu'à un moment donné vous devrez aller hacher du bois à cause d'un petit commentaire anodin et non méchant qui fera déborder votre vase. C'est vous aussi qui recevrez les critiques pour les erreurs de vos cuistots. L'important est de ne pas les ridiculiser mais de les faire grandir par leurs erreurs.

Je vous conseille fortement de trouver une manière dès le départ pour organiser et gérer vos restes. Si vous n'identifiez pas ce qu'il y a dans ces pots de crème glacée, ça va prendre deux jours et votre frigidaire va être rempli de milliers de pots dont vous ne saurez même pas ce qu'il y a à l'intérieur. Et ceci entraînera le gaspillage!

Également, vous vous devez d'exiger du Chef d'avoir les dates d'anniversaires des campeurs/moniteurs dont c'est la fête durant le Camp, et cela le plus d'avance possible. N'oubliez pas aussi de vous assurer d'avoir en votre possession la liste des allergies de toutes les personnes sur le terrain.

Le poste de chef de cuisine est une aventure qui vous apprendra beaucoup. Vous devrez être capable de vous débrouiller tout seul. Cependant, vous devez également savoir quand demander de l'aide. Quand « le camp est en péril » je crois qu'il est temps d'aller chercher DD et de sacrer tout ce qui n'est pas cuistot à l'extérieur de la cantine.

Finalement, la partie la plus plate de ce poste, c'est le ménage de fin de camp. Je vous avertis, j'en ai encore des cauchemars. Vous allez être au bout de votre rouleau, mais le job le plus ardu du camp vous attend encore. Le moral des troupes est alors très bas, et si vous ne savez pas les motiver, vous allez vous retrouver à le faire vous-même. Ce qui est encore plus difficile, c'est que c'est la fin du camp et tout le monde veut passer le maximum de temps avec les campeurs que vous ne reverrez probablement plus pour quelques mois. Rappelez-vous que vous ne pouvez jamais commencer le ménage trop tôt. Je pense que quand il reste quatre jours au camp, vous devez vous mettre en mode « fin de camp ».

J'espère que ces quelques paragraphes vous seront utiles. Cependant, rien ne peut vous préparer à cette magnifique aventure qu'est le poste de chef de cuisine. C'est une des meilleures expériences que je n'ai jamais vécues. J'espère que vous saurez en tirer profit.

BONNE CHANCE!

Patrick Daignault – 2000

Cuistots (ou aide-cuisiniers)

Le chef de cuisine est très important pour orchestrer toutes les activités d'une cuisine et intervenir en cas de problème. Cependant, il est plutôt qu'un chef de cuisine travaille tout seul. Il lui faut une brigade qui s'occupera de toutes les tâches reliées à préparation des repas. Mais le rôle le plus important sera de s'assurer de la salubrité des aliments, sans quoi, une activité de rêve deviendra vite un cauchemar. Voici donc une liste de tâches dont les cuistots auront à prendre en charge mais loin de prétendre que la liste est exhaustive.

Les cuistots doivent :

- ✓ Être en parfaite santé, et faire preuve de propreté corporelle et vestimentaire;
- ✓ Ne présenter aucune plaie ou blessure infectée, ni être atteint d'une maladie contagieuse;
- ✓ Porter des vêtements de travail (pas trop ample pour éviter de s'accrocher dans les équipements) et un couvre-chef ou une résille propre;
- ✓ Éviter les vêtements synthétiques puisqu'il s'enflamme facilement et colle à la peau;
- ✓ Se laver et se désinfecter les mains et les avant-bras immédiatement après avoir été en contact avec un produit alimentaire infecté, ou toute autre source de contamination;
- ✓ Garder les ongles courts, propres et sans vernis;
- ✓ Éviter de porter des bagues, bijoux, etc.;
- ✓ Ne pas fumer ni manger dans les locaux où l'on manipule les aliments.

Infrastructure

La cuisine

Tel que décrit dans le guide du moniteur, la cuisine répond à un besoin primaire du campeur : **manger**. On ne pourra jamais nier l'importance de ce poste. Comme se plaisent à dire certains généraux : « une armée marche sur son estomac ». C'est un poste qui apporte de grands défis, de grandes réalisations et beaucoup de travail. Il faut se rappeler que l'accomplissement se trouve dans la satisfaction que chacun exprime à la fin du repas. Il est rare que l'on entende les compliments convoités, il faut savoir trouver sa satisfaction dans le sourire de chacun.

Il ne faut pas accorder trop d'importance aux moqueries tout en sachant reconnaître les commentaires qui permettront d'améliorer l'ensemble du service de la nourriture au camp.

Bref, c'est un poste qui demande beaucoup.

Les planchers, murs et plafonds doivent être maintenus propres.

Les fenêtres doivent fermer hermétiquement et être munies de moustiquaires.

Équipements

Il faut s'assurer de bien aménager la cuisine et la réserve de façon à permettre l'application des règles d'hygiène concernant l'emplacement, les locaux, les équipements, les accessoires de service, les aliments et les manipulateurs.

Équipements de réfrigération

Le chef de cuisine doit :

S'assurer que les sources d'approvisionnement choisies sont approuvées et respectent la réglementation gouvernementale et régionale sur le produit, la manipulation, la présentation, l'emballage, l'étalage, la conservation et le transport des aliments.

- ✓ Exercer une surveillance régulière sur les cuistots de façon à ce qu'ils n'aient aucune coupure, écorchure, plaie ou infection;
- ✓ S'assurer que les aliments chauds sont gardés à 60°C (140°F) ou plus;
- ✓ S'assurer que les aliments périssables sont gardés à 4°C (40°F) ou moins;
- ✓ Veiller à ce que les aliments soient couverts afin de les protéger contre toute contamination possible;

- ✓ Se considérer responsable du contrôle de la qualité des aliments préparés dans son établissement;
- ✓ Établir un programme d'évaluation de qualité;
- ✓ Structurer son organisation afin de répartir les responsabilités entre tous les membres de son personnel;
- ✓ S'occuper de la formation et de l'entraînement de ce personnel;
- ✓ Planifier efficacement le travail de son personnel pour éviter ou minimiser les erreurs qui pourraient avoir des conséquences sanitaires graves;
- ✓ Vérifier l'eau chaude et l'eau froide afin qu'il y en ait en quantité suffisante et d'une excellente qualité bactériologique et chimique;
- ✓ Fournir aux manipulateurs d'aliments un équipement approprié pour le lavage et la désinfection des mains;
- ✓ Indiquer les endroits où il y a des interdictions en y plaçant des affiches appropriées.

Équipements de cuisson et aire de préparation

Le manipulateur d'aliments se rappellera que son travail est directement lié à la santé du campeur et des moniteurs. Une seule erreur de sa part peut avoir des conséquences désastreuses au point de vue sanitaire.

Ainsi que les équipements, les ustensiles et les surfaces en contact avec les aliments doivent être nettoyés et désinfectés après chaque usage.

Tous les équipements et accessoires d'usage continu et occasionnel, en contact direct ou indirect avec les aliments, doivent être propres et en bon état de fonctionnement, avant, pendant et après la manipulation des aliments. Si on constate une irrégularité au niveau de la salubrité ou du fonctionnement de l'équipement, en aviser le chef qui prendra les mesures nécessaires avec la direction du camp.

Lorsqu'ils ne sont pas utilisés, protéger les équipements et les accessoires de service contre toute contamination.

Un éclairage suffisant, d'au moins 50 décalux, est recommandé pour les tables de travail. De plus, il est nécessaire que les sources d'éclairage soient protégées.

Le système de ventilation protégera des odeurs, des graisses, de la fumée, des vapeurs, de la saleté et des parasites. Il faut s'assurer de nettoyer quotidiennement l'intérieur de la hotte de ventilation afin d'en éliminer le gras qui pourrait s'y accumuler.

La grandeur de l'aire de préparation doit être suffisante afin de faciliter les opérations en toute sécurité.

Le manipulateur d'aliments doit avoir le matériel et l'espace nécessaires pour pouvoir en tout temps laver et désinfecter son équipement, ses ustensiles ou ses mains.

Les manipulateurs d'aliments doivent s'assurer, au retour de la salle de toilette, de se laver les mains et les avant-bras à l'aide d'un savon liquide désinfectant et d'employer un essuie-main à n'utiliser qu'une seule fois.

Seules les personnes autorisées par le chef de cuisine ont accès à la cuisine et à ses dépendances.

Équipements d'entreposage sec et conservation

Préparer tous les aliments périssables tels que les salades, les crèmes cuites, les pâtisseries à la crème et les viandes froides, immédiatement avant l'usage.

Les utiliser le plus rapidement possible. Ne pas les laisser séjourner plus d'une heure à la température ambiante.

Contamination croisée : prendre les moyens nécessaires afin de ne pas contaminer les aliments cuits avec des aliments crus. La contamination peut se faire en utilisant le même équipement et les mêmes couteaux sans les laver. Bien les laver et les désinfecter entre deux usages.

Garder les aliments chauds à une température de plus de 60°C (140°F), sinon les refroidir au réfrigérateur.

Refroidir rapidement les viandes, les sauces, les crèmes cuites, les desserts et les pâtisseries à une température de 4°C (40°F) ou moins sauf s'ils sont consommés immédiatement.

Lors de l'entreposage des aliments au froid :

- **Circulation d'air**
 - Disposer de façon à permettre une circulation d'air libre entre eux; il est important de bien observer ce point afin d'assurer un fonctionnement optimal des équipements de réfrigération;
- **Vérification**
 - **Installer** un thermomètre fiable afin de vérifier régulièrement la température;
 - **Réfrigération**
 - Conserver les aliments réfrigérés à une température de 4°C.
 - Couvrir les aliments

- **Congélation**
 - Conserver les aliments congelés à une température maximale de -18°C (0°F). Dégivrer le congélateur au besoin.
- **Réfrigérer** les aliments dans des petits contenants ou en couches minces afin d'assurer un refroidissement plus rapide;
- **Propreté**
 - **Nettoyer** le réfrigérateur régulièrement, pour éviter l'accumulation d'odeurs ou d'autres problèmes que pourrait engendrer un mauvais fonctionnement de l'appareil
 - **Laver et désinfecter** régulièrement les entrepôts afin d'assurer leur salubrité;
 -
- **Entreposage**
 - Disposer d'entrepôts suffisamment vastes et bien éclairés;
 - Disposer les étagères ou tablettes afin qu'elles soient à au moins 10 cm du sol, de façon à permettre un nettoyage complet du plancher;
 - Couvrir les aliments et les protéger de toute contamination;
 - Posséder des endroits distincts pour conserver séparément les aliments crus et les aliments cuits;
- **Éliminer** les boîtes de conserves bosselées;
- **Salubrité**
 - **Inspecter** quotidiennement tous les aliments et éliminer rapidement ceux qui sont détériorés;
 - **Utiliser** toujours les aliments périssables en commençant par ceux que l'on garde depuis plus longtemps;
 - **Vérifier** la date de péremption sur tous les produits en conserve, réfrigéré ou congelé
- **Entreposer** les produits de nettoyage, désinfectants ou tout autre produit toxique dans un endroit distinct des locaux où sont conservés les aliments.

Équipements de cuisine

Afin de faire de bons repas pour environ 70 personnes, il est nécessaire d'utiliser beaucoup d'ustensiles, chaudrons, poêlons, bols, etc. Afin d'éviter d'être enseveli sous la vaisselle après les repas, se poser ces questions :

- ✓ Y a-t-il un plat, un bol, un chaudron, un ustensile déjà utilisé, qui traîne près de l'évier à vaisselle ou ailleurs, que je pourrais réutiliser en le rinçant rapidement à l'eau chaude ?
 - Attention à la contamination croisée.
- ✓ Comment puis-je réaliser cette tâche (recette, cuisson, etc.) en utilisant le moins de vaisselle possible ?
- ✓ Si je prévois transvider un plat dans un autre, afin d'éviter de salir, peut-être s'installer dans un des éviers.

Un rinçage rapide des ustensiles et des plats dès qu'on en a fini facilite immensément le nettoyage plus tard. Ces petites réflexions vous permettront d'optimiser votre travail et permettra de passer plus de temps avec les campeurs.

Équipements de service et l'aire de service

Les mains ne doivent pas être en contact direct avec les aliments, ni avec les parties d'ustensiles, les surfaces de l'équipement ou des assiettes destinées à recevoir des aliments.

Les aliments doivent aussi être protégés de toutes autres sources de contamination : les éternuements, la toux et les blessures infectées, par exemple.

Le lait et les produits laitiers seront servis dans leurs contenants originaux, chaque fois que cela est possible.

Les sandwiches ou autres aliments périssables doivent être placés dans des comptoirs réfrigérés. La température de ces aliments doit être d'au plus 4°C (40°F).

Salle à manger

Maintenir en bon état les murs, le parquet et le plafond et les nettoyer au besoin afin qu'ils soient propres en tout temps. On prendra soin d'éliminer les toiles d'araignées.

L'éclairage et la ventilation doivent assurer le confort de tous.

L'ameublement (tables, chaises) doit être en bon état et propre. On signalera tout bris d'équipement au chef de cuisine.

Des récipients à déchets avec couvercles seront disponibles en quantité suffisante et on verra à les disposer de façon à éviter de souiller les lieux. Il faut s'assurer de les maintenir propres et désinfectés autant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Le tue-insectes électrique fonctionne et est propre.

Voici, à titre indicatif, ce qui devrait être demandé aux patrouilles de faire à la suite d'un repas (typiquement le déjeuner) pour entretenir leur table à l'intérieur de la cantine.

- ✓ Désigner par les CP deux ou trois personnes;
- ✓ Chercher la bassine pour l'eau chaude qui servira à laver la vaisselle;
- ✓ Ramener les condiments (beurre d'arachides, caramel, confiture, margarine, oranges, pommes, etc.) aux cuistots. Assurez-vous que les côtés soient propres sinon vous devez les nettoyer;
- ✓ Les toasts et les pelures d'oranges qui restent vont dans le lavabo du fond où il y a un broyeur, seuls les moniteurs peuvent utiliser le broyeur;
- ✓ Laver et essuyer la vaisselle avec les deux linges à vaisselles que les moniteurs vous donneront dans l'armoire;
- ✓ Passer le balai sous votre table et aux alentours. Essuyer votre table pour être propre;
- ✓ Demander à un cuistot pour vérifier votre vaisselle propre;
- ✓ Ranger la vaisselle et les ustensiles.

Règlements

L'éthique

Le but de tout ce travail est de bien nourrir les participants au camp. Il faudra y mettre de l'effort afin que les repas soient bons, appréciés de tous et prêts à temps.

D'abord, pour que le camp fonctionne bien, on doit produire les repas à l'heure demandée par le chef. En général, pour le repas du soir, on vise 18h00, comme indiqué sur l'horaire typique.

Les repas doivent répondre aux goûts des campeurs, donc pas nécessairement à celui de certains moniteurs ou des cuisiniers. On se doit de tenir compte des remarques des campeurs, si négatives soient-elles.

La nourriture qui doit être servie chaude doit être chaude, ce qui doit être froid, se doit d'être froid. Les repas tièdes sont le reflet de la médiocrité, du manque de préparation et surtout augmente les risques d'empoisonnement alimentaire.

La table à la maîtrise doit être mise dans le but que personne n'ait à demander quelque chose qui manquerait (ustensiles ou condiments). Les cuisiniers sont déjà occupés au service des campeurs et il n'est pas bienvenu que tous se lèvent pour aller chercher ce qui lui manque. On veillera donc à tout disposer sur la table, ustensiles, condiments et accessoires.

Les campeurs ont priorité. Si on a épuisé le plat principal, les moniteurs pourront alors manger autre chose que le cuisinier trouvera (des restants, etc.) et on offrira la nourriture aux campeurs qui le demandent.

De temps à autre, dans des conditions exceptionnelles, il peut arriver qu'un campeur manque un repas. On demandera aux cuisiniers de préparer un repas spécial. Il faut ici comprendre combien cela est important. Souvent, le campeur vient de vivre un moment difficile, il se présente à la cuisine affamé, il faut s'en occuper. On pensera alors à tous les détails. Il faut que le campeur se sente spécial et entouré d'attention. C'est une occasion pour le cuisinier de se rapprocher d'un campeur et de préparer un p'tit quelque chose de spécial sans pression. Il en va de même pour un moniteur qui aurait eu un coup dur. Il faut penser au bienfait d'un bon repas.

On ne saura tolérer le gaspillage. La nourriture au camp représente le poste budgétaire le plus important. La politique est simple et doit être connue de tous. Tant que vous avez faim, il y aura de la nourriture. Vaut mieux en prendre peu souvent et éviter le gaspillage qu'en prendre une fois beaucoup et gaspiller la moitié de l'assiette.

En aucun temps, la nourriture ne doit être utilisée comme jouet, pas de bataille de bouffe, « NO FOOD FIGHT ».

Lorsqu'un campeur se présente, on verra à le servir le plus rapidement possible.

La propreté et l'hygiène sont très importantes là on l'on prépare la nourriture et sur sa personne. Il faut veiller à son habillement, ses cheveux, mains et ongles. Aucun bijou ne devrait être porté lors de la préparation des repas.

- ✓ Aucun gaspillage de nourriture
- ✓ Rappeler la limite des cuisines, aucun campeur ni moniteur ne peuvent franchir cette zone sans autorisation exceptionnelle
- ✓ Interdiction de se lever sans autorisation du CP
- ✓ Demander aux cuistots présents sur le plancher pour
 - Lait
 - Céréales
 - Toasts
 - Oranges, pommes ou autres, les couper

Méthode de travail

Planification

Le menu détaillé est établi bien avant le camp pour les 14 jours de camp. La commande de nourriture est calculée à partir de ce menu. Pour les cuisiniers, la planification est très importante. On doit gérer les équipements (réfrigérateurs, congélateurs, poêles, fours, chaudrons, etc.), la main-d'œuvre et la nourriture elle-même. Par exemple, si l'on doit utiliser les fours pour le poulet, il serait difficile de faire les frites au four.

La prévoyance est cruciale. Voici plusieurs exemples :

- ✓ Décongeler la nourriture (viande) plusieurs heures d'avance (voir plusieurs jours!); les menus détaillés sont là pour vous aider;
- ✓ Commander les fruits et/ou légumes d'avance, en regardant le menu avec un jour ou deux d'avance;
- ✓ Prévoir tous les éléments pour la recette avant de commencer et vérifier les ingrédients nécessaires pour la journée avant les courses;
- ✓ Préparer les jus à la fin des repas afin de les servir froids au repas suivant;
- ✓ Faire les desserts à réfrigérer tôt afin qu'ils soient prêts à temps;
 - Ou sortir les desserts des congélateurs;
- ✓ Cuire et surveiller la cuisson des gâteaux en dehors des heures de pointe.

Il faut aussi prévoir à ce que le travail soit bien distribué afin que chacun puisse passer du temps avec les campeurs à l'extérieur. À cette fin, on établira un horaire équitable de la préparation des repas. Il faut veiller à ce que chacun participe à la préparation d'au moins un repas par jour. La préparation du petit-déjeuner par l'équipe des jeux permet aux moniteurs de la cuisine de consacrer beaucoup plus de temps avec les campeurs sans pour autant pénaliser les moniteurs des jeux.

Si vous oubliez, faites-vous des listes écrites.

Lorsqu'une difficulté apparaît ou qu'un problème se développe, consultez-vous et trouvez une solution rapidement.

Sécurité

On manipule souvent des articles lourds (chaudrons, chaudières, etc.). N'hésitez pas à demander de l'aide ou mieux encore, à vous offrir de l'aide.

Si on ne connaît pas le fonctionnement ou la manipulation d'un équipement, mieux vaut demander des explications que de subir des blessures.

- ✓ Les aliments sont souvent chauds. Prendre les précautions nécessaires.
- ✓ Les couteaux sont coupants.
- ✓ Le poêle est chaud.
- ✓ Le robot culinaire tourne et coupe.
- ✓ S'assurer de travailler dans un endroit éclairé et non encombré.

Salubrité

Afin d'éviter toute forme de maladie, la cuisine doit rester propre et des techniques précises visant la manipulation des aliments doivent être strictement observées.

Lorsque l'on entre à la cuisine, on se lave les mains avec le savon liquide désinfectant et ce à chaque fois (principalement si l'on revient de la toilette). On doit se laver les mains si l'on change d'activité de préparation (viande à salade à gâteau, etc.).

- ✓ On doit toujours porter un chapeau et un tablier;
- ✓ On ne doit pas avoir de blessures aux mains ou de « Band-Aid »;
- ✓ Les surfaces de préparation de nourriture doivent être propres et désinfectées;
- ✓ La vaisselle doit être lavée à l'eau la plus chaude possible (tolérable);
- ✓ Les portes doivent être fermées. La cuisine possède des moustiquaires. Les insectes sont vecteurs de bactéries et de virus.
- ✓ Les réfrigérateurs doivent être visités et nettoyés régulièrement. Si l'on échappe quelque chose, agir dans un bref délai;
- ✓ Il faut balayer et laver le plancher après chaque repas.

Technique de manipulation et conservation des aliments

- Beaucoup d'aliments se conservent au froid, ne pas les laisser traîner.
- Ne pas décongeler la viande à la température de la pièce.
- Couvrir les aliments en préparation.
- Lavez-vous les mains souvent.
- S'assurer que les planches utilitaires sont désinfectées ou que la surface de travail est propre.
- Si on manipule de la viande non cuite, s'assurer qu'aucun autre aliment n'entre en contact. Nettoyer et désinfecter toutes les surfaces avant.
- L'ouvre-boîte doit être lavé et brossé après chaque repas.
- Les comptoirs et les surfaces de cuissons doivent être propres après chaque repas.
- La hotte a besoin d'être lavée au moins à tous les deux jours.

Toxi-infections d'origine alimentaire

Chaque année il se produit des milliers d'empoisonnements alimentaires. On les remarque davantage lorsque plusieurs personnes sont atteintes en même temps. Le plus souvent, ils ne font l'objet d'aucun rapport.

Rappelons qu'une intoxication alimentaire est la conséquence d'une erreur.

Tableau 1 – Causes principales d'une intoxication alimentaire

	Agent causal ou maladie	Période d'incubation	Source habituelle
Bactéries	Salmonellose	De 12 à 36 heures	Volaille, lait cru
	Clostridium perfringens	De 8 à 24 heures	Viande, volaille
	Streptococcie	De 2 à 18 heures	Humaine
Toxines bactériennes	Staphylococcie	De 2 à 4 heures	Humaine
	Botulisme	De 12 à 36 heures	Conserves
Parasites	Trichinose	De 24 heures à 7 jours	Porc, ours
	Ténia (ver solitaire)	De 1 à 3 mois (gén. 18 jrs)	Bœuf, porc, poisson
Polluants	Produits antiparasitaires, insecticides, métaux lourds	De très brève à très longue	Sol, eau, aliment de source végétale ou animale

Lutte contre les insectes et les rongeurs

- Il est important d'avoir un programme de contrôle et d'extermination des insectes et des rongeurs car ils peuvent propager des maladies très graves pour les humains. Leur présence indique que les lieux sont en mauvaise condition sanitaire.
- Les portes et les fenêtres doivent fermer hermétiquement et être munies d'une moustiquaire.
- Tous les insecticides, pesticides, fongicides et produits antiparasitaires doivent être gardés dans l'armoire grise près de la porte de sortie
- Veiller quotidiennement à faire le décompte des trappes à souris. Éliminer les prises de façon sanitaire, désinfecter (tremper la trappe dans l'eau bouillante et l'eau de javel) et réarmer la trappe après usage.

La gestion des déchets

Les activités normales du camp, et surtout de la cuisine, génèrent une quantité importante de déchets. La gestion de ces derniers entre dans la responsabilité de la section cuisine du camp.

Bien que cela puisse paraître étrange, il est d'une importance vitale de conserver une propreté exemplaire dans le coin déchet de la cuisine. On veillera aussi de façon tout aussi minutieuse à la propreté des coffres à déchets et de leur pourtour. À ces endroits, un laisser-aller, même léger, peut faire naître une myriade d'odeurs qui nous signale la présence importante de bactéries. La bactérie générée peut ainsi transporter un nombre incalculable de possibilités de contamination ou de sources d'empoisonnement alimentaire.

Il est important de toujours se souvenir que si nous pouvons sentir les déchets, c'est qu'il y a présence de bactéries donc présence d'un haut risque de contamination.

Poubelles

Dans les environs des divers coins poubelles de la cuisine et de la cafétéria, il est important de surveiller la propreté de façon régulière. On s'assurera que la poubelle ne soit pas souillée par des éclaboussures ou couverte de débris. Les murs et meubles avoisinant le coin poubelle doivent profiter d'une attention supplémentaire de la part des cuisiniers. On veillera à nettoyer de façon régulière les surfaces souillées. L'utilisation d'un liquide désinfectant est recommandée.

À chaque changement de sac, il faut s'assurer de la propreté de la poubelle. Le sac ne doit pas avoir coulé et ne doit pas être percé avant d'être mis au rebut. Si la poubelle est souillée de quelque façon que ce soit, il est essentiel de procéder au nettoyage et à la désinfection de cette dernière. Une poubelle propre offre l'avantage de ne jamais sentir mauvais et on élimine aussi le risque de développement et de propagation des bactéries. Avant d'insérer un nouveau sac, on s'assure que la poubelle est propre et bien sèche (l'humidité aide grandement au développement des bactéries).

Chaque poubelle doit posséder un couvercle et ce dernier doit être mis en place à chaque fois que la poubelle n'est pas en usage. Comme la poubelle, le couvercle doit être maintenu parfaitement propre et libre de toute bactérie. On procédera au lavage du couvercle de façon régulière. Là encore, l'utilisation d'un détergeant désinfectant est essentiel.

Recommandations pour l'entreposage intérieur des ordures :

- Avoir un nombre suffisant de récipients métalliques ou en plastique durable, munis de couvercles, aux endroits où l'on manipule les aliments;
- Bien fermer les poubelles;
- Utiliser des sacs de plastique résistants pour revêtir l'intérieur des poubelles;
- Désinfecter les poubelles à l'intérieur comme à l'extérieur lorsqu'on procède au changement du sac de plastique (ou au moins une fois par jour)
- Enlever les ordures de l'aire de préparation des aliments et de l'aire de service au besoin;
- Ne pas laisser séjourner de boîte vide ou de carton usagé dans les entrepôts, dans l'aire de préparation ou dans l'aire de service.

Coffres à vidanges

En milieu rural, le coffre à vidange possède une très grande utilité. Il protège les rebus de l'assaut inévitable des petits animaux qui y vivent. Rien, ni personne, ne met une plus grande attention à éparpiller un sac à vidange qu'un raton laveur bien intentionné.

Au début du camp, on disposera les coffres à l'extérieur de façon à faciliter leurs accès tant pour le cuisinier qui désire y déposer un sac que pour l'éboueur qui doit effectuer son travail. Chaque coffre doit être élevé afin de l'empêcher d'être en contact avec le sol. Ici encore, on surveille l'humidité et on tente par tous les moyens de la minimiser.

La ligne de conduite pour les coffres à vidanges, tout comme pour les poubelles, reste la propreté. Lors du passage de l'éboueur, on veillera à bien ramasser tous les déchets qui auraient pu s'échapper des sacs. Pour ce faire, l'utilisation d'une pelle à bout carré aide grandement à accomplir la tâche.

Dans l'éventualité où le coffre est particulièrement souillé, on procédera à son nettoyage en l'imbibant de javellisant, le versant sur le côté, l'arrosant à grande eau avant de le remettre en place, bien ouvert afin de faciliter son séchage. Ici encore, l'humidité facilite grandement le développement des bactéries.

Recommandations pour l'entreposage extérieur des ordures :

- S'assurer que tous les sacs soient placés dans les coffres afin d'éliminer les ravages par les animaux;
- Ramasser les ordures régulièrement. Nettoyer et ramasser les déchets autour des coffres.

Nettoyage et assainissement

- Pré rincer et récuser;
- Laver dans le premier compartiment;
- Nettoyer dans l'eau chaude à au moins 40°C (104°F);
- Désinfecter dans le troisième compartiment. Pour obtenir de bons résultats, immerger pendant 60 secondes dans de l'eau à une température de 82°C (180°F) ou plus, ou désinfecter en plongeant dans une solution désinfectante reconnue efficace et approuvée pour l'industrie alimentaire;
- Laisser sécher à l'air libre.

Important :

- Laver et désinfecter une fois par jour, tout l'équipement, les appareils, les tables avec des produits efficaces et non toxiques.

- Employer les désinfectants à la concentration recommandée par le fabricant pour plus d'efficacité.

Repas – mise en place

Avant de préparer les repas

- Retirer tous bijoux;
- Se laver les mains;
- En cas de blessure, porter des gants;
- Vérifier la température des réfrigérateurs;
- S'assurer que la hotte et le ventilateur soient en marche;
- Porter casquette, tablier et t-shirt de cuisine;
- Avoir une serviette à portée de la main;
- Désinfecter avant et après les surfaces et outils de préparation;
- Vérifier que les portes soient fermées et les moustiquaires en place;
- Vérifier les trappes à souris, les compter !

Pendant

- Se relaver les mains, au besoin;
- En cas de blessure, porter des gants

Après, il faut aussi nettoyer

- Couvrir tout ce qui va au frigidaire (et mettre au frigo);
- Ranger le reste de nourriture ou jeter ce qui ne peut plus servir;
- Faire la vaisselle à l'eau chaude savonneuse puis la ranger;
- Remplacer les boîtes et/ou chaudières de jus;
- Ranger le reste de nourriture ou jeter ce qui ne peut plus servir;
- Vider, nettoyer et désinfecter les poubelles;
- Nettoyer/désinfecter les comptoirs, les planchers et les murs;
- Ne pas porter les vêtements de cuisine à l'extérieur et vice-versa. Donc, retirer votre tablier, enlever votre casquette (ou changer de casquette), changer de t-shirt.

Fournisseurs

Il est important de revoir cette liste de fournisseurs à toutes les années et surtout de la maintenir à jour. Cela évitera des moments de stress lorsque l'on aura besoin de fournitures.

Tableau 2 – Liste des fournisseurs autorisés

Denrées	Fournisseur	Contact
Lait	Stéphane Aubin	(819) 429-1998
Pain	Métro	
Sirop d'érable	Bernard	(819)
Épicerie Métro, Chénéville		

Organisation de la cuisine

Avant le camp

- Pour aider la planification du menu pour la durée du camp, faire l'inventaire des desserts reçus des bénévoles et équilibrer la distribution des desserts.
- Préparer avant le camp, les lasagnes qui seront servis au jour 14.
- Préparation de la sauce à spaghetti (42-44 litres)

Semaine avant le camp

- Mettre le jus de légumes (V8) au frigo pour le jour 1 : souper.
-

Pendant le camp

- Suivre le plan de repas et ajuster en fonction des aléas du camp et de la météo.
-

À la fin du camp

- Cuisine
 - Nettoyer tous les fourneaux
 - Nettoyer toutes les cuisinières (dessus)
 - Nettoyer le four à micro-ondes
 - Nettoyer tous les petits électroménagers, au besoin
 - e.
- Garde-manger
 - Vider tous les réfrigérateurs et les nettoyer
 - Remettre la nourriture encore viable
 - Vider tous les congélateurs et les nettoyer
 - Remettre la nourriture encore viable
 - Vider toutes les tablettes et les nettoyer
 - Replacer les conserves sur les tablettes
 - Mettre à jour l'inventaire (pour le camp des filles, ou pour l'année prochaine)
- Coin à vidange
 - Nettoyer, nettoyer

Menu 14 jours – camp des garçons et des filles

Suggestion de planification hebdomadaire pour le camp des garçons.

Tableau 3 – Planification hebdomadaire – camp des garçons

Première semaine

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	Jour 1/Arrivée	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5/excursion	Jour 6	Jour 7	Jour 8/visiteur
Dîner		Bâtonnets de poisson	Bœuf au riz	Burritos	Sandwiches	Porc effiloché	Omelette	Potluck/ sandwiches
Dessert								
Souper	Sandwiches	Hot-dogs/hamburgers	« Hot Chicken »	Pâtes	Poulet grillé	Pain de viande	Macaroni à la viande	Pizza
Dessert								

Deuxième semaine

		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Jour 9	Jour 10	Jour 11	Jour 12/excursion	Jour 13	Jour 14	Jour 15/transition
Dîner		Hot-dogs/hamburgers	Pâtés au poulet	Burritos	Sandwiches	« Grilled Cheese »	Crêpes	Tout ce qui reste
Dessert								
Souper		Ragoût de boulettes	Saucisses italiennes	Pâté chinois	Poulet au four	Poulet à la King	Lasagnes au four	
Dessert								

Suggestion de planification hebdomadaire (en développement) pour le camp des filles

Tableau 4 – Planification hebdomadaire – camp des filles

Première semaine

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	Jour 1/arrivée	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5/excursion	Jour 6	Jour 7	Jour 8
Dîner	Sandwiches	Bâtonnets de poisson	Pâtés au poulet	Burritos	Sandwiches	Porc effiloché	« Grilled Cheese »	Omelettes
Dessert								
Souper	Saucisses italiennes	Hamburgers/hot-dogs	Macaroni à la viande	Pizzas	Poulet au four	« Hot chicken »	Pâté chinois	Lasagnes
Dessert								

Deuxième semaine

		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Jour 9/départ	Jour 10	Jour 11	Jour 12/excursion	Jour 13	Jour 14	Jour 15/départ
Dîner		Tout ce qui reste						
Dessert								
Souper								
Dessert								

Menus détaillés

Jour 1 : Samedi – souper (Sandwiches)

Notes pour le repas		Ce repas est servi à l'extérieur si la météo le permet. Préparer les viandes halal ou simili-viande (au besoin). Bon succès à l'équipe des cuisines !	
Entrée : Jus de légumes			
Ingrédients	Préparation		Service
<ul style="list-style-type: none"> Jus de légumes (V8) (x8) 	<ul style="list-style-type: none"> S'assurer que les boîtes de jus sont au frigo, sinon le faire (2 à 3 heures avant). Nettoyer le dessus des boîtes. 		<ul style="list-style-type: none"> Exceptionnellement, servir dans des pichets, le jus froid.
Repas principal : Sandwiches			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> Pain frais (x10) Poulet pressé (3,5 kg) Saucisson de Bologne (x1) Salami de bœuf (x2) Fromage (50 tranches) Moutarde Mayonnaise Margarine 	<ul style="list-style-type: none"> Répartir les ingrédients en portion égale, sans préparer les sandwiches, dans des contenants hermétiquement fermés. Les enfants et moniteurs pourront ainsi préparer le repas à leur goût. Cela évitera les difficultés. Il faut résister à la tentation de tout préparer. Le travail est long et n'apporte rien aux enfants qui se sentiront lésés si le sandwich ne répond pas spécifiquement à leur goût. <p>Précaution : La mayonnaise devra être sortie à la dernière minute afin d'en préserver la fraîcheur.</p>		
Service Chacun prépare son repas.			
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Laitue romaine (x3) Carottes (2,5 livres) Pied de céleri (x1) Concombres (4x) 	<ul style="list-style-type: none"> Crudités : Laver et couper en bâtonnet Carottes, céleri et si pas trop cher du concombre. 	<ul style="list-style-type: none"> Les crudités coupées en bâtonnets seront servies dans un contenant (2 litres) d'eau froide. Il est important de conserver les légumes dans l'eau et très froid (pas gelé) afin de les conserver croustillants et de préserver leur fraîcheur. 	
Suggestions de dessert			
Ce repas se doit d'être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> Gâteaux au chocolat avec un glaçage au sucre blanc Gâteaux aux carottes de Lucie (bénévole) C'est la fête, le camp commence 			
Notes pour la fin du repas		<ul style="list-style-type: none"> Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 		

Jour 2 : Dimanche – dîner (Bâtonnets de poisson)

Notes pour le repas		La simplicité de préparation et de service de ce menu a pour but de permettre à la nouvelle équipe de se familiariser à l'environnement, aux équipements, et au protocole de salubrité.
Entrée : Soupe du jour		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Suggestion <ul style="list-style-type: none"> Poulet et nouilles Poulet et riz Bouillon de dinde aux légumes du jardin Biscuits soda 	<ul style="list-style-type: none"> Utiliser le bouillon de dinde qui aura été décongelé préalablement <ul style="list-style-type: none"> Sinon utiliser bouillon commercial et préparer selon les instructions du fabricant. Commencer la soupe vers 15h00 afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif Remplir de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<ul style="list-style-type: none"> Servir la soupe aux équipes en utilisant les soupières d'équipe. Les biscuits soda sont populaires en comptant au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits).
Repas principal : Bâtonnets de poisson		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Bâtonnets de poisson (~350) Sauce tartare (4 tasses) <ul style="list-style-type: none"> Relish Mayonnaise Ketchup Pain tranché Fromage en tranche 	<ul style="list-style-type: none"> Mettre les bâtonnets de poissons au four à convection à 350°F jusqu'à ce qu'ils soient croustillants à l'extérieur tout en restant tendre à l'intérieur. Tourner à la mi-cuisson selon les instructions sur la boîte. Conserver au chaud dans le four, dans les plats de service, recouverts de papier d'aluminium. Envoyer un pain par patrouille. <p>Précaution : Ne pas trop cuire les bâtonnets qui deviennent alors beaucoup trop secs.</p>	
Service	Sauce tartare	
<ul style="list-style-type: none"> Servir les bâtonnets sans les plats ovales à deux poignées. Prévoir 5 bâtonnets par personne. Servir la sauce tartare dans un bol de soupe (le remplir à la demie). 	<p>Mélanger des quantités égales de mayonnaise et de relish. Conserver ce mélange au froid, il contient de la mayonnaise qui se gâte très rapidement à la chaleur.</p> <p>Réfrigérer les restes de poisson le plus rapidement possible et jeter la sauce à base de mayonnaise.</p>	
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Maïs en grain (2,84 l) Maïs en crème (3x398 ml) Salade - vinaigrette <ul style="list-style-type: none"> Laitue (x8) Concombres (x4) Tomates (x8) 	<ul style="list-style-type: none"> Chauffer, à feu doux-moyen, le maïs dans son jus. Ajouter de grosses noisettes de beurre pour le goût. Préparer en avance la salade. <ul style="list-style-type: none"> Laver les légumes Trancher les concombres, couper les tomates en dés. 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le maïs dans des contenants de 1 litre, avec le couvercle. Préparer quelques instants avant le repas pour s'assurer de la température de service. Présenter la salade dans les bols en plastique ronds avec le couvercle. La vinaigrette sera servie dans un contenant avec bec verseur (Tupperware).
Suggestion de dessert		
C'est un repas léger qui pourrait être accompagné d'un délicieux pouding chômeur.		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 2 : Dimanche – souper (Hot-dogs et hamburgers)

Notes pour le repas		Il faut préparer un feu dans les coins de patrouille pour ce repas. Prévenir les seconds de patrouille et les préposés de l'intendance. Consulter la section de manipulation de la nourriture afin de s'assurer de la qualité du repas.	
Entrée : Rien à préparer			
Ingrédients		Préparation	
Service		Service	
Repas principal : Hot-dog et hamburger			
Ingrédients		Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Bœuf haché (9,5 kg) • Saucisses hot-dog (6 kg) • Chapelure (3 tasses) • Fromage jaune • Moutarde (1 pot) • Relish (250 ml/patrouille) • Ketchup (1 pot) • Oignon (x6) • Laitue (x3) • Salade de chou vinaigrette • Pains hamburger (10 x 12 pains) • Pains hot-dogs (10 x 12 pains) 		<p>Assaisonner et bien mélanger le bœuf haché :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sel & poivre • Moutarde sèche, thym, épices à steak • 6 œufs • Carottes, oignons et céleri en purée (ne pas noyer la viande) • Chapelure ou céréale (genre Corn Flakes/Rice Krispies) <p>Séparer la viande en portions de 4 oz en utilisant la portionneuse. On comptera 1,5 hamburger et 2 hot-dogs par personne</p> <p>NOTE : L'ajout de céréales/chapelure permet aux boulettes de garder leur forme.</p> <p>ATTENTION : CP, faire cuire toutes les boulettes de viande pour une question de salubrité.</p>	
Service		Service	
Chacun prépare son repas.			
Accompagnements		Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Croustilles (8 sacs) 		<ul style="list-style-type: none"> • Aucune préparation 	
Service		Service	
		<ul style="list-style-type: none"> • Un cuistot au Bar-B-Q. 	
Suggestions de dessert			
Ce repas pourrait être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> • Jell-O • Pouding au chocolat 			
Notes pour la fin du repas		<ul style="list-style-type: none"> • Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. • Voir menu du jour 5 – mercredi – souper : sortir le poulet du congélateur. • Mettre le jus de pomme au frigo pour demain midi. 	
Bac jaune		<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 3 : Lundi – dîner (Bœuf au riz)

Notes pour le repas		
Entrée : Jus de pommes		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Jus de pommes (x8) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer le dessus des boîtes 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir.
Repas principal : Bœuf au riz		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Bœuf haché maigre (15 kg) Riz crus (12 tasses) Sauce brune (8 l) Carottes (x8) Oignons (x8) Céleri (16 branches) Fromages cheddar en tranches (~150 tranches) 	<p>Mélanger dans un grand cul de poule</p> <ul style="list-style-type: none"> Bœuf haché Sel et poivre Moutarde sèche <p>Réduire en purée avec l'aide du robot culinaire (avec lame)</p> <ul style="list-style-type: none"> Carottes, oignons et céleri Puis incorporer le mélange de légumes dans la viande <p>Faire cuire médium saignant le bœuf sur la plaque à 350°F. Il n'y a pas d'inquiétude, la viande finira de cuire au four. Donc, après la cuisson sur la plaque, répartir dans 10 plats rectangulaires à 2 poignées.</p> <p>Couvrir de riz cuit et décorer de tranches de fromage. Conserver au four à 200°F jusqu'au moment de servir.</p>	
Service		
On sert ce repas dans le plat de préparation.		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Carottes en conserve (2 x 100 onces) Mais en grain (1 x 100 onces) Beurre (½ livre) Bovril au poulet (50 ml) Feuilles de laurier (x3) Thym 	<ul style="list-style-type: none"> Verser le contenu des conserves dans un chaudron moyen. Ajoutez le beurre, le Bovril et les épices. Faire chauffer à feu moyen-doux jusqu'à ce que cela soit chaud. 	<ul style="list-style-type: none"> Juste avant le repas, afin que le tout reste chaud, séparer les légumes dans 8 plats de 2 litres de crème glacée. Ne pas oublier le couvercle.
Suggestions de dessert		
Compte tenu que ce repas contient une grande quantité de féculant, il faut miser sur un dessert léger tel que		
<ul style="list-style-type: none"> Fruits frais ou en conserve (servi avec petits biscuits sec) Jell-O ou pouding 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prise au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 3 : Lundi – souper (Dinde chaude)

Notes pour le repas		Faire décongeler une lèchefrite de dinde. Une lèchefrite est suffisante.
Entrée : Jus de tomates		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Jus de tomates (x8) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer la surface des boîtes 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir.
Repas principal : Dinde chaude – assemblage requis		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Dinde désossée (x2) Pain Sauce « hot chicken » (6 l) 	<p>Assemblage requis en patrouille!</p> <p>Préparer les bacs avec</p> <ul style="list-style-type: none"> Pain Contenant de dinde (Réchauffé au four avec du bouillon) Contenant de sauce Pommes de terre en purée Petits pois <p>NOTE : Éviter de servir de la macédoine... ça ne marche pas!</p>	
Service		
Préparer 8 contenants de dinde, de sauce, de purée de pommes de terre et de petits pois.		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Pommes de terre (2 x 10 livres) Petits pois (16 x 500 ml) 	<ul style="list-style-type: none"> Cuire les pommes de terre, les piler avec du beurre, du lait ou de la crème, sel, poivre, persil, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Diviser la purée de pommes de terre et les petits pois en 8 contenants.
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> Pouding chômeur Dessert d'un bénévole 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Jeter la sauce qui reste. Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 4 : Mardi – dîner (Burritos)

Notes pour le repas		
Entrée : Soupe du jour		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suggestion <ul style="list-style-type: none"> • Soupe aux tomates • Crème de poulet • Soupe aux légumes • Biscuits soda 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer selon les instructions du fabricant. • Commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif. • Remplir de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • Servir la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaires en comptant au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits).
Repas principal : Burritos		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bœuf haché mi-maigre (12 kg) • Oignons (x12) • Assaisonnement à Burritos en poudre (12 sachets) • Liquide (restant du jus de tomates/légumes) <p>Service Préparer 8 contenants de viande Chacun prépare son repas.</p>	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hacher les oignons finement et les caraméliser. • Ajouter la viande et continuer la cuisson. • Égoutter la viande pour enlever le gras. • Ajouter l'assaisonnement à Burritos. • Ajouter le liquide pour ajuster la consistance (au besoin). 	
<p>Accompagnements</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pain tortillas (x8) • Laitue (x2) • Tomates (x6) • Fromage râpé (3 kg) • Crème sûre (6x250 ml) et (2x500 ml/maîtrise) • Salsa (2 l) 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hacher la laitue • Trancher les tomates • Râper le fromage 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • Répartir en 8 portions égales
Suggestions de dessert Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> • Crème glacée • Jell-O 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> • Remettre au frigo toute nourriture avant toutes autres tâches. 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 4 : Mardi – souper (Pâtes)

Notes pour le repas		
<p>La préparation d'une grande quantité de pâte représente un défi. Le problème principal réside dans la tendance qu'ont les pâtes à vouloir coller ensemble. À éviter, les spaghettis.</p> <p>Il est important de faire une première cuisson, que l'on arrêtera lorsque les pâtes seront « à la dent » et de réchauffer le tout avant de servir.</p> <p>Si la météo le permet, placer les BAR-B-Q au centre du terrain; placer une table à proximité et y placer le pain... chacun fera griller son pain comme chez Pacini.</p> <p>C'est un repas qui demande beaucoup de manipulation. Courage!</p>		
Entrée : Salade César et croûtons		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Laitue Croûtons Vinaigrette césar 	<ul style="list-style-type: none"> Laver la laitue Déchiqeter la laitue Répartir dans 8 contenants à salade 	<ul style="list-style-type: none"> Ajouter les croûtons et la vinaigrette juste avant de servir.
Repas principal : Pâte courte et sauce à la viande (trouver plat végétarien – chili?)		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Pâte courte (10 x 950 gr) Sauce à la viande Pain Beurre à l'ail <p>Service Dans les plats carrés à poignée. Un plat par équipe. De la sauce supplémentaire dans un pot de lait</p>	<p>Pour la préparation de la sauce, il suffit de créer un bain-marie en utilisant le très gros chaudron, 3 briques réfractaires et un des chaudrons à soupe. On y fera mijoter, très longtemps, la sauce qui ne peut pas coller.</p> <p>Préparer plusieurs marmites d'eau bouillante. Faire cuire « al-dente » (très important de ne pas trop cuire les pâtes).</p> <p>Les égoutter, les passer à la sauce à la viande et mettre dans les plats de services (plats carrés à poignée).</p> <p>Napper de sauce et servir On prendra soin de donner de la sauce supplémentaire aux équipes.</p>	
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Pain à l'ail 	<ul style="list-style-type: none"> Beurre mou, ail et persil Beurrer les tranches de pain Assembler les tranches, emballer dans du papier d'aluminium Faire chauffer au four 	<ul style="list-style-type: none"> Directement emballé dans le papier d'aluminium. Prévoir de grosses quantités, tous adorent cela.
Suggestions de dessert		
<p>Ce repas pourrait être accompagné de</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruits frais Biscuits « Petit Beurre » 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Penser à mettre les boissons gazeuses (144 canettes) au frigo dans la maison des pères pour l'excursion de demain. Voir menu jour 6 : jeudi – dîner : Sortir le porc effiloché du congélateur et le mettre au frigo. Préparer les « ice pack » pour l'excursion de demain. 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 5 : Mercredi – dîner d’excursion (Sandwiches)

Notes pour le repas		Jour d’excursion. On fera très attention en cette journée. La fraîcheur des ingrédients est d’une importance capitale. Il faut s’assurer que le tout ne restera pas indûment au soleil ou à la chaleur. Il en va de la santé de tous au camp. Lors de l’excursion aux chutes, on se facilite beaucoup la tâche si le repas est servi au « pit de sable » près du chemin. Le transport du repas sera ainsi beaucoup simplifié. Il faut prévoir des sacs à poubelles.	
Entrée : Boissons gazeuses et croustilles			
Ingrédients		Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Boisson gazeuse (x144 canettes) 		<ul style="list-style-type: none"> • Penser, la veille à mettre les boissons gazeuses au frigo dans la maison des pères. 	
		Service	
		<ul style="list-style-type: none"> • Garder le plus longtemps au froid avant d’apporter sur les lieux de consommation 	
Repas principal : Sandwiches			
Ingrédients		Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Pains • Jambon • Saucisson de Boulogne • Salami • Moutarde • Ketchup • Fromage 		<p>On répartira les ingrédients, sans préparer les sandwiches, dans des contenants hermétiquement fermés.</p> <p>Les enfants et moniteurs pourront ainsi préparer le repas à leur goût. Cela évitera les difficultés. Il faut résister à la tentation de tout préparer. Le travail est long et n’apporte rien aux enfants qui se sentiront lésés si le sandwich ne répond pas spécifiquement à leur goût.</p> <p>NOTE : Utiliser les « ice pack » pour les condiments</p>	
Service			
Chacun prépare son repas.			
Accompagnements		Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Crudités • Croustilles 		<ul style="list-style-type: none"> • Préparer des crudités en pot de 1 litre 	
		Service	
Suggestions de dessert			
Ce repas pourrait être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> • Gâteaux commerciaux (14 boîtes de 6 petits gâteaux) • Petits beignets au sucre en poudre 			
Notes pour la fin du repas		<ul style="list-style-type: none"> • Il faut prévoir des sacs à poubelle. Il faut laisser l’emplacement propre. • Les canettes vides que l’on aura recueillies devront être laissées à l’extérieur de la cuisine. Une canette ouverte attire une quantité impressionnante de fourmis. 	
Bac jaune		<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 5 : Mercredi – souper (Poulet grillé)

Notes pour le repas		<p>C'est le retour de l'excursion. L'atmosphère au camp change un peu en cette soirée. Le repas se doit d'être une fête.</p> <p>Faire décongeler au frigo au moins 3 jours d'avance. Choisir poitrines ou cuisses mais pas les deux. L'alternative sera servie au prochain repas.</p> <p>Le nettoyage des plaques de cuisson présente un défi important. On veillera à prendre toutes les précautions pour faciliter le nettoyage :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaporiser de PAM les plaques • Recouvrir les plaques de papier d'aluminium • Déposer le poulet et faire cuire
Entrée : Soupe du jour		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Soupe du jour • Biscuits sodas 	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<ul style="list-style-type: none"> • On sert la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaire sen compter au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits)
Repas principal : Poulet grillé au four		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Poulet en pièces (25 kg) • Miel liquide (achat local) • Sauce (option) 	<p>Dégeler le poulet au moins 3 jours à l'avance au frigo.</p> <p>Pour les poitrines, séparer en demie Pour les cuisses, séparer en patte et dos de cuisse Dégraisser et enlever la peau Disposer sur les tôles graissées et recouvertes de papier d'aluminium Assaisonner (sel, poivre, paprika, thym, sauge) Cuire au four à 350°F environ 1h30</p>	
Service	Service	
	Déposer 12 morceaux de poulet dans les plats de services ovales en aluminium.	
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Riz aux légumes (10 tasses de riz cru) <ul style="list-style-type: none"> • Oignons • Céleri • Petits pois • Carottes 	<ul style="list-style-type: none"> • Préparer le riz selon les instructions du manufacturier en substituant l'eau par du bouillon de poulet ou de légumes • Si le temps le permet, glacer les carottes au sirop d'érable (faire sauter les carottes avec un peu de beurre, de thym puis ajouter à la fin un peu de sirop d'érable) 	<ul style="list-style-type: none"> • Dans des plats de 1 litre de crème glacée
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> • Crème glacée avec biscuits secs • Fruits frais 		
Notes pour la fin du repas	•	
Bac jaune	•	

Jour 6 : Jeudi – dîner (Porc effiloché)

Notes pour le repas		
Entrée : Crème de champignons		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Crème de champignons (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> Comme cette soupe est une crème, il est préférable de la préparer au bain-marie. Bain-marie = Très gros chaudron, 3 briques et chaudron à soupe habituel. 	<ul style="list-style-type: none"> On sert la soupe dans les chaudrons ronds. Remplir jusqu'au poignées.
Repas principal : Porc effiloché		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Porc épaule (30 kg) Pain hamburger Fromage 	<ul style="list-style-type: none"> Faire décongeler le porc effiloché ou le préparer selon la recette. Réchauffer le porc effiloché au bain-marie. Préparer 8 contenants pour le service. 	
Service		
Chacun prépare son repas.		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Salade de chou commerciale 		
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> Salade de fruits en conserve accompagnée de biscuits sec Dessert d'un bénévole 		
Notes pour la fin du repas	•	
Bac jaune	•	

Jour 6 : Jeudi – souper (Pain de viande)

Notes pour le repas		Pour ce repas, le bœuf haché maigre est essentiel.	
Entrée : Jus de pommes			
Ingrédients	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Jus de pommes (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer le dessus des boîtes 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir. S'assurer que les coins de tente ont un ouvre-boîte. 	
Repas principal : Pain de viande sauce tomate			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> Bœuf haché maigre (18 kg) Œufs (x8) <p>Réduire en purée au robot culinaire</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 laitue 8 grosses carottes 5 gros oignons 12 branches de céleri 2 ½ tasses de Corn Flakes (Rice Krispies) réduits en poudre <p>Sauce au Poivre</p> <ul style="list-style-type: none"> Sauce Berthelet au bœuf (5 l) Poivre noir moulu en grande quantité Crème <p>Service</p> <p>Il est important de démouler le pain de viande sur une tôle de service avant de le servir. Les moules de cuisson ne survivraient pas le traitement fait par les campeurs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Recette au pois chiche de Céline ou d'André <p>Sauce au poivre</p> <ul style="list-style-type: none"> Préparer la sauce Berthelet selon les instructions du manufacturier Ajouter le poivre selon le goût Ajouter de la crème (environ 750 ml) Servir chaude dans des sauciers (à poignée) 		
Accompagnements	Préparation	Service	
<p>Maïs en grain (100 onces) Maïs en crème (100 onces) Salade</p> <ul style="list-style-type: none"> Laitue (x8) Tomates (x8) Concombre (x5) 	<ul style="list-style-type: none"> Faire réchauffer à feu doux, de préférence dans un bain-Marie. Salade en fonction de ce qui est disponible 	<ul style="list-style-type: none"> Juste avant le repas, afin que le tout reste très chaud repartir dans 8 pots de 1 litre. Ne pas oublier le couvercle. 	
Suggestions de dessert			
Ce repas sera englouti à la vitesse de l'éclair. Il peut être lourd à digérer. On le fera donc suivre de			
<ul style="list-style-type: none"> Melon d'eau frais Fruits frais ou en conserve (servi avec petits biscuits sec) 			
Notes pour la fin du repas		<ul style="list-style-type: none"> Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prise au frigo. (Le jus sera froid pour le prochain service.) 	
Bac jaune		<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 7 : Vendredi – dîner (Omelette)

Notes pour le repas		Il est important de décrire, en rassemblement, ce qu'est le repas. Il faut éviter la surprise désagréable de confondre le mélange d'omelettes pour une soupe froide! Prévenir les chefs et second de patrouille. Il y a un feu à préparer pour ce repas.
Entrée : Jus de pommes (trouver une entrée consistante – pommes de terre rôties)		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Jus de fruits ou de légumes (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer le dessus des boîtes. 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir. S'assurer que les coins de tente ont un ouvre-boîte.
Repas principal : Omelette		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> Œufs (15 douzaines) Jambon Bacon Fromage Oignons 	<ul style="list-style-type: none"> Mélanger et battre les œufs. Verser dans des contenants de 2 litres. Préparer les ingrédients (oignon, bacon, fromage) en les coupants grossièrement en cube. Mélanger les ingrédients et les réserver dans des contenants d'un litre. 	
Service		
On séparera les œufs et les condiments dans des contenants scellés.		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Donner les tortilla (s'il en reste) Offrir de la salsa (s'il en reste) 	<ul style="list-style-type: none"> Réchauffer à feu doux ou mieux encore, faire réchauffer dans les coins de patrouille 	<ul style="list-style-type: none"> Si réchauffé à la cuisine, dans les chaudrons ronds que l'on utilise habituellement pour servir la soupe.
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> Pouding au caramel ou au beurre écossais 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prises au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 7 : Vendredi – souper (Macaroni à la viande)

Notes pour le repas		
Entrée : Soupe poulet et nouilles		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Soupe au poulet et aux nouilles (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif. • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dans les chaudrons ronds à deux poignées • Remplir les chaudrons jusqu'au poignées
Repas principal : Macaroni à la viande		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Bœuf haché de reste • Sauce à spaghetti (17 l) • Macaroni (7,27 kg) • Mozzarella • Parmesan • Chapelure 	<p>Mesurer les macaronis en remplissant les plats rectangulaires à un peu moins de la moitié. Préparer les macaronis en les cuisants « à la dent » Égoutter les macaronis Les passer à la sauce Répartir dans 9 plats rectangulaires. Napper à nouveau de sauce Couvrir d'une couche de fromage mozzarella râpé Saupoudrer de fromage parmesan et de chapelure Conserver au chaud dans un four à 275°F Avant de servir, gratiner sous le grill</p>	
Service		
Dans les plats rectangulaires à poignées		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Salade - vinaigrette <ul style="list-style-type: none"> • Laitue (x8) • Tomates (x8) • Concombres (x8) • Pain à l'ail <ul style="list-style-type: none"> • Pains disponibles • Beurre fondu (450 gr) • Ail haché (au goût) 	<ul style="list-style-type: none"> • La salade sera préparée d'avance. Laitue lavée, concombres en tranche, tomates émincées. 	<ul style="list-style-type: none"> • La salade sera présentée dans les bols de plastique ronds avec le couvercle. La vinaigrette sera servie dans un contenant à bec verseur (Tupperware).
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> • Tartes 		
Notes pour la fin du repas		
<ul style="list-style-type: none"> • 		
Bac jaune		
<ul style="list-style-type: none"> • 		

Jour 8 : Samedi – dîner (Potluck/sandwiches)

Notes pour le repas		Les sous-marins ne se conservent qu'une journée au frigo. Il est important de bien compter la quantité afin de réduire au maximum les restes. On servira ce qui reste au « <i>crouch</i> » et aux invités du dimanche qui auraient oublié d'apporter leur dîner. Il est essentiel de servir les sous-marins au jour 8 pour cette raison.
Entrée : Jus de tomates		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Jus de tomates (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer le dessus des boîtes. 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir. S'assurer que les coins de tente ont un ouvre-boîte.
Repas principal : Sous-marins aux deux viandes – assemblage requis		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> 1 salami tranché 1 Bologne tranché Laitues hachées (x4) Tomates tranchées (x8) 8 grosses carottes râpées Pain à sous-marin (10 pouces) 	<ul style="list-style-type: none"> Placer tous les ingrédients dans 8 bacs. <p>NOTE</p> <p>On compte 1,5 sous-marin par personne. Il faut aussi compter des sous-marins supplémentaires pour les visiteurs (pour ceux qui auraient oubliés leurs repas).</p>	
Service Chacun prépare son sandwich.		
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> Condiments en bâtonnets: <ul style="list-style-type: none"> Carottes (10 lb) Céleri (8 pieds) 	<ul style="list-style-type: none"> Couper en bâtonnets carotte et céleri Répartir dans 8 plats de 2 litre de crème glacée Couvrir d'eau très froide et réserver au frigo 	<ul style="list-style-type: none"> Juste avant le repas, afin que le tout reste très froid. Ne pas oublier le couvercle. Ajouter de la glace si on en possède.
Suggestions de dessert		
Les visiteurs ajoutent une charge à la cuisine. Il est normal de recevoir les anciens moniteurs. On se facilitera la tâche en servant un dessert facile et rapide à préparer.		
<ul style="list-style-type: none"> Fruits frais ou en conserve (servi avec petits biscuits sec) Jell-O Pouding 		
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Il est essentiel de s'assurer de la participation de tous pour le repas du soir. La pizza qui suivra le dîner, bien que facile à préparer, demande une quantité importante de manipulation. Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prise au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 	

Jour 8 : Samedi – souper (Pizza)

Notes pour le repas		
<p>Le repas sera servi obligatoirement en collectivité sur le champ de Mars en face de la cafétéria. Pas d'exception! Un chef du ménage est requis afin de prendre en charge les moniteurs et la partie cantine (sortir les tables, balayer, vaisselle, etc.) Les invités seront mis à contribution. Commencer tôt (14h00 est une bonne idée).</p>		
Entrée : Optionnel – si la météo le demande!		
Ingrédients	Préparation	Service
Repas principal : Pizza		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pâte <ul style="list-style-type: none"> • Farine • Sucre • Levure • Graisse Crisco • Sel • Garniture <ul style="list-style-type: none"> • Sauce tomate • Pepperoni • Mozzarella (6 sacs) • Reste de poulet • Reste de jambon • Reste de viande hachée <p>Service</p> <p>Démouler les pizzas sur une planche à découper.</p> <p>Ne jamais découper dans les tôles. Ça endommage les couteaux et les tôles.</p>	<p>Préparation de la pâte</p> <p><u>On préparera la pâte en 3 fois.</u> Chaque fois on utilisera</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 livres de farine • 1 boîte de conserve de levure (la petite boîte ronde d'environ 4 cm de haut) soit 83 grammes • 10 oz de graisse (Crisco) • 10 oz de sucre • 1 oz de sel • 2½ pintes d'eau tiède selon les indications sur la levure <p>Dans un grand cul de poule, mélanger ensemble</p> <ul style="list-style-type: none"> • Graisse, eau et sucre • Puis s'assurer de la température du mélange liquide avant d'ajouter la levure (voir instructions sur boîte de levure) • Laisser reposer environ 15 minutes; le mélange bouillonnera; de l'écume brunâtre s'accumulera à la surface. C'est normal! <p>Mélanger à nouveau afin d'obtenir un mélange homogène.</p> <p>Mélanger ensemble</p> <ul style="list-style-type: none"> • Farine et sel <p>Incorporer le liquide dans la farine pour former une pâte. Pétrir quelque peu la pâte jusqu'à ce qu'elle ne colle plus dans les mains.</p> <p>Séparer en boule de 1,1 kg, disposer sur une table enfarinée, recouvrir de ligne propre et humide. Laisser la pâte lever une demi-heure. Une boule complète pour une grande plaque et une demie boule pour les petites plaques.</p> <p>Étirer la pâte au rouleau à pâte à la dimension appropriée.</p> <p>Garnir de sauce puis disposer les autres ingrédients. Recouvrir de fromage râpé.</p>	
Accompagnements	Préparation	Service
Suggestions de dessert		
<p>Ce repas pourrait être accompagné de</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sundaes pis pas autr'chose 		
Notes pour la fin du repas	•	
Bac jaune	•	

Jour 9 : Dimanche – dîner (Hot-dogs et hamburgers)

Notes pour le repas		Il faut préparer un feu dans les coins de patrouille pour ce repas. Prévenir les seconds de patrouille et les préposés de l'intendance. Consulter la section de manipulation de la nourriture afin de s'assurer de la qualité du repas.	
Entrée : Jus de pommes			
Ingrédients	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Jus de pommes (8x) 	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer le dessus des boîtes 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir. S'assurer que les coins de tente ont un ouvre-boîte. 	
Repas principal : Hot-dog et hamburger			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> Bœuf haché Saucisses Fromage jaune Moutarde Relish Ketchup Oignon Laitue 	<p>Assaisonner et bien mélanger la viande hachée</p> <ul style="list-style-type: none"> Sel & poivre Moutarde sèche, thym, épices à steak 6 jaunes d'œufs Carottes, oignons et céleri en purée (ne pas noyer la viande) Céréales Corn Flakes ou Rice Krispies; 3 tasses réduites en poudre <p>Séparer la viande en portions de 4 oz en utilisant la portionneuse. On comptera 1,5 hamburger et 2 hot-dogs par convive</p> <p>NOTE : L'ajout de céréales permet aux boulettes de garder leur forme.</p>		
Service Chacun prépare son repas.			
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Croustilles régulières Croustilles de légumes 	<ul style="list-style-type: none"> Préparer au four a convection selon les indications du manufacturier 	<ul style="list-style-type: none"> Conserver au chaud, dans un four légèrement humide jusqu'au moment de servir. Un cuistot au Bar-B-Q. 	
Suggestions de dessert			
Ce repas pourrait être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> Jell-O Pouding au chocolat 			
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prises au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) Sortir du congélateur le bouillon de dinde pour la soupe demain midi. 		
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 		

Jour 9 : Dimanche – souper (Ragoût de boulettes)

Notes pour le repas		
Entrée : Soupe aux restes		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bouillon de dinde • Légumes • Viandes • Nouilles ou du riz 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mettre le bouillon au bain-marie pour le dégeler • Si les légumes sont déjà cuits, les ajouter que pour les réchauffer • De même pour la viande. • Ajouter le riz et/ou les nouilles assez tôt pour avoir une cuisson optimale. • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans les chaudrons ronds à deux poignées • Remplir les chaudrons jusqu'au poignées
Repas principal : Ragoût de boulettes		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Porc haché mi-maigre • Oignons • Clou de girofle moulu • Cannelle • Moutarde sèche • Beurre • Farine grillée • Sel et poivre 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voir recette dans la section Recettes – plats principaux. • Réchauffer le ragoût au bain-marie sinon ça va coller au fond. • 	
<p>Service</p>		
<p>Accompagnements</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pommes de terre • Betteraves 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer une purée de pommes de terre 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> •
<p>Suggestions de dessert Ce repas pourrait être accompagné de</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gâteau renversé aux ananas 		
<p>Notes pour la fin du repas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • NOTE : Ne pas oublier de sortir le poulet du congélateur et le mettre au frigo pour le souper de mercredi. 	
<p>Bac jaune</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 10 : Lundi – dîner (Pâtés au poulet)

Notes pour le repas		Journée des C.P. La préparation de ce repas se veut simple. On ne tentera pas de l'embellir car le temps et les ressources disponibles ne le permettent pas.	
Entrée : Soupe poulet et nouille			
Ingrédients	Préparation		Service
<ul style="list-style-type: none"> • Enveloppes de soupe poulet et nouilles • Biscuits soda 	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les indications du fabricant. • Remplir le chaudron aux rivets • Faire chauffer tranquillement 		<ul style="list-style-type: none"> • Dans les petites soupières • Accompagner de biscuits soda.
Repas principal : Pâtés au poulet (format Costco)			
Ingrédients	Préparation		
Garçons : 12 pâtés Filles : 8 pâtés Service On sert les pâtés directement dans les assiettes de cuisson	<ul style="list-style-type: none"> • Mettre au four à 350°F jusqu'à ce qu'elles soient chaudes (environ 1h30) • Servir avec des betteraves et marinades • Ketchup en quantité industrielle 		
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> • Betteraves • Marinades • Ketchup 	<ul style="list-style-type: none"> • Sortir du frigo 	<ul style="list-style-type: none"> • Directement du pot 	
Suggestions de dessert			
<ul style="list-style-type: none"> • Biscuits • Crème glacée 			
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> • La vaisselle se doit d'être complétée au plus tôt. Les effectifs étant réduits en cette journée, la présence des moniteurs sur le terrain est essentielle. 		
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> • 		

Jour 10 : Lundi – souper (Saucisses italiennes)

Notes pour le repas		
Entrée : Crème de champignons		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Crème de champignons (x8) • Biscuits sodas 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif. Pour une crème, il est recommandé d'utiliser le bain marie. • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • On sert la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaires en compter au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits)
Repas principal : Saucisses italiennes douces/choucroute		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saucisses italiennes <p>Service Utiliser les plats de services ovales. On comptera un plat par équipe et un minimum de 2 saucisses par personnes.</p>	<p>Préparation</p>	
<p>Accompagnements</p> <ul style="list-style-type: none"> • Choucroute • Maïs en grain 	<p>Préparation (???)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laver et essorer la laitue • Éplucher, un sur deux, les concombres. • Trancher tomates et concombres • On peut ajouter de carottes râpées et quelques raisins secs. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • On prendra soin de servir la salade et la vinaigrette dans des contenants séparées. • Cette pratique assurera que la salade ne sera pas affaissée et détrempée à son arrivée dans l'équipe. • La salade sera présentée dans les bols de plastique ronds avec le couvercle. La vinaigrette sera servie dans un contenant à bec verseur (Tupperware).
<p>Suggestions de dessert Ce repas pourrait être accompagné de</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salade de fruits 		
<p>Notes pour la fin du repas</p> <ul style="list-style-type: none"> • 		
<p>Bac jaune</p> <ul style="list-style-type: none"> • 		

Jour 11 : Mardi – dîner (Burritos)

Notes pour le repas		
Entrée :		
Ingrédients	Préparation	Service
•	•	•
Repas principal : Burritos		
Ingrédients	Préparation	
•		
Service		
Accompagnements	Préparation	Service
•	•	•
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
•		
•		
Notes pour la fin du repas		
•		
Bac jaune		
•		

Jour 11 : Mardi – souper (Pâté chinois)

Notes pour le repas		
Entrée : Soupe aux tomates		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soupe aux tomates (x8) • Biscuits sodas 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif • Réchauffer au bain marie puisqu'il s'agit d'une crème • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • On sert la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaire, en compter au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits)
Repas principal : Pâté chinois		
<p>Ingrédients</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bœuf haché (11 kg) • Maïs en crème (24 x 398 ml) • Maïs en grain • Pommes de terre en purée (trio one step) • Si vrai pommes de terre, 24 livres • Oignons • Carottes • Céleri • Crème 35% <p>Service Un plat rectangulaire par équipe.</p>	<p>Préparation</p> <p>Assaisonner le bœuf haché avec : sel, poivre, thym, marjolaine, cannelle et y ajouter de la moutarde sèche.</p> <p>Réduire en purée, oignons, carottes et céleri. Ajouter à la viande hachée.</p> <p>Cuire le bœuf haché assaisonné et le répartir dans les 8 plats de service.</p> <p>Faire chauffer le maïs (moitié crème/moitié grain) au bain-marie puis en déposer une généreuse couche sur chaque plat.</p> <p>Recouvrir de pommes de terre pilées (beurre, sel, poivre, oignons et crème 35%).</p> <p>Ajouter des morceaux de beurre et saupoudrer de paprika.</p> <p>Faire dorer au four sous le grill (broil) – Le succès sera assuré par une surveillance de cette étape.</p>	
<p>Accompagnements</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marinades • Carottes en julienne • Ketchup 	<p>Préparation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Directement des pots froids. 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans les pots identifiés de chaque équipe.
<p>Suggestions de dessert Ce repas pourrait être accompagné de</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pains aux bananes • Gâteaux aux ananas renversés 		
<p>Notes pour la fin du repas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les restes de ce repas serviront à la préparation d'une excellente soupe. Tout y passe, blé d'inde, bœuf haché, pommes de terre comme agent de liaison. • NOTE : Mettre les boissons gazeuses au frigo dans la maison des pères. 	
<p>Bac jaune</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 12 : Mercredi – dîner d'excursion (Sandwiches)

Notes pour le repas EXCURSION Chutes		Jour d'excursion; On fera très attention en cette journée. La fraîcheur des ingrédients est d'une importance capitale. Il faut s'assurer que le tout ne restera pas indûment au soleil ou à la chaleur. Il en va de la santé de tous au camp. Lors de l'excursion aux chutes, on se facilite beaucoup la tâche si le repas est servi au « pit de sable » près du chemin. Le transport du repas en sera ainsi beaucoup simplifié. Il faut prévoir des sacs à poubelles.	
Entrée : Boissons gazeuses et croustilles			
Ingrédients <ul style="list-style-type: none"> • Boissons gazeuses (x144) 		Préparation <ul style="list-style-type: none"> • Récupérer les boissons gazeuses qui sont au frigo dans la maison des pères. 	Service <ul style="list-style-type: none"> • Garder le plus longtemps au froid avant d'apporter sur les lieux de consommation
Repas principal : Sandwiches			
Ingrédients <ul style="list-style-type: none"> • Pains tranchés • Jambon • Saucisson de Boulogne • Salami • Moutarde • Ketchup • Fromage 		Préparation On répartira les ingrédients, sans préparer les sandwiches, dans des contenants hermétiquement fermés. Les enfants et moniteurs pourront ainsi préparer le repas à leur goût. Cela évitera les difficultés. Il faut résister à la tentation de tout préparer. Le travail est long et n'apporte rien aux enfants qui se sentiront lésés si le sandwich ne répond pas spécifiquement à leur goût.	
Service Chacun prépare son repas.			
Accompagnements <ul style="list-style-type: none"> • Croustilles 		Préparation	Service
Suggestions de dessert Ce repas pourrait être accompagné de <ul style="list-style-type: none"> • Gâteaux commerciaux • Petits beignets au sucre en poudre 			
Notes pour la fin du repas		<ul style="list-style-type: none"> • Il faut prévoir des sacs à poubelle. Il faut laisser l'emplacement propre. • Les canettes vides que l'on aura recueillies devront être laissées à l'extérieur de la cuisine. Une canette ouverte attire une quantité impressionnante de fourmis. 	
Bac jaune		<ul style="list-style-type: none"> • 	

Jour 12 : Mercredi – souper (Poulet au four)

Notes pour le repas		<p>C'est le retour de l'excursion. L'atmosphère au camp change un peu en cette soirée. Le repas se doit d'être une fête.</p> <p>Sortir le poulet 3 jours d'avance et le faire décongeler au frigo.</p> <p>Le nettoyage des plaques de cuisson présente un défi important. On veillera à prendre toutes les précautions pour faciliter le nettoyage :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaporiser du PAM sur les plaques • Recouvrir les plaques de papier d'aluminium. • Disposer le poulet et mettre les plaques au four
Entrée : Soupe bœuf et riz		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Soupe bœuf et riz • Biscuits sodas 	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif. • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<ul style="list-style-type: none"> • On sert la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaire en compter au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits)
Repas principal : Poulet grillé au four		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Poulet en pièces • Miel liquide (achat local) • Sauce 	<p>Dégeler le poulet au moins 3 jours à l'avance au frigo.</p> <p>Pour les poitrines, séparer en demie Pour les cuisses, séparer en patte et dos de cuisse Dégraisser et enlever la peau Disposer sur les tôles graissées et recouvertes de papier d'aluminium Assaisonner (sel, poivre, paprika, thym, sauge) Cuire au four à 350°F environ 1h30</p>	
Service	Service	
	<p>On disposera 12 morceaux de poulet dans les plats de services ovales en aluminium.</p>	
Accompagnements	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Riz aux légumes <ul style="list-style-type: none"> • Oignons • Céleri • Petits pois • Carottes 	<ul style="list-style-type: none"> • Préparer le riz selon les instructions du manufacturier en substituant l'eau par du bouillon de poulet ou de légumes • Si le temps le permet, glacer les carottes au sirop d'érable (faire sauter les carottes avec un peu de beurre, de thym puis ajouter à la fin un peu de sirop d'érable) 	<ul style="list-style-type: none"> • Dans des plats de 1 litre de crème glacée
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de :		
<ul style="list-style-type: none"> • Crème glacée avec biscuits secs • Fruits frais 		
Notes pour la fin du repas	•	
Bac jaune	•	

Jour 13: Jeudi – dîner Simonade (« *Grilled Cheese* »)

Notes pour le repas		Journée des « Simonade »	
Entrée : Soupe du jour			
Ingrédients	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> • Soupe du jour • Si conserve, 8 boîtes • Biscuits sodas 	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les instructions du fabricant. • Veillez à commencer la soupe tôt afin de la faire mijoter à feu moyen-doux et non de la brûler à feu vif • Réchauffer au bain marie puisqu'il s'agit d'une crème • On remplit de soupe, jusqu'au rivets des poignées, un grand chaudron. 	<ul style="list-style-type: none"> • On sert la soupe dans les équipes en utilisant les soupières d'équipe. • Les biscuits soda sont populaires, en compter au moins deux paquets par personnes (paquets de 4 biscuits) 	
Repas principal : Sandwiches au fromage grillées (« <i>Grilled Cheese</i> »)			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> • Pains • Fromage en ruban • Beurre 	<p>Les « <i>grilled cheese</i> » seront préparés et cuits à la cuisine. Les garder au four tiède.</p> <p>Et ils seront servi dans les patrouilles dans les plats à deux poignées.</p>		
Service			
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> • Salade - vinaigrette <ul style="list-style-type: none"> • Laitue • Concombres • Tomates 	<ul style="list-style-type: none"> • Laver et essorer la laitue • Éplucher, un sur deux, les concombres. • Trancher tomates et concombres • On peut ajouter de carottes râpées et quelques raisins secs. 	<ul style="list-style-type: none"> • On prendra soin de servir la salade et la vinaigrette dans des contenants séparées. • Cette pratique assurera que la salade ne sera pas affaissée et détremée à son arrivée dans l'équipe. • La salade sera présentée dans les bols de plastique ronds avec le couvercle. • La vinaigrette sera servie dans un pot à bec verseur (Tupperware). 	
Suggestions de dessert			
Ce repas pourrait être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> • Crème glacée et biscuits secs 			
Notes pour la fin du repas		•	
Bac jaune		•	

Jour 13 : Jeudi – souper (Dinde à la king)

Notes pour le repas		
Entrée : Soupe du jour		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Soupe du jour • 	<ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> •
Repas principal : Poulet à la king		
Ingrédients	Préparation	
<ul style="list-style-type: none"> • Dinde désossée • Préparation de sauce à la king • Petits pois • Carottes • Riz ou pain rôti 	<p>Préparer un bain-marie (avec briques au fond)</p> <p>Préparer la sauce béchamel dans les chaudrons à poignées bleus</p> <p>Préparer une quantité égale de farine 1,1 kg et 1,1 kg beurre;</p> <p>Faire fondre le beurre, y ajouter la farine</p> <p>Ajouter le bouillon de dinde dégraissé et/ou le lait et/ou la crème</p> <p>Faire cuire à feu moyen jusqu'à consistance désirée</p> <p>Verser dans le bain-marie</p> <p>Répéter l'opération jusqu'à ce que vous ayez de la sauce au niveau des rivets des poignées</p>	
Service		
Accompagnements		
Ingrédients	Préparation	Service
<ul style="list-style-type: none"> • Salade - vinaigrette <ul style="list-style-type: none"> • Laitue • Concombres • Tomates 	<ul style="list-style-type: none"> • Laver et essorer la laitue • Éplucher, un sur deux, les concombres. • Trancher tomates et concombres • On peut ajouter de carottes râpées et quelques raisins secs. 	<ul style="list-style-type: none"> • On prendra soin de servir la salade et la vinaigrette dans des contenants séparées. • Cette pratique assurera que la salade ne sera pas affaissée et détrempée à son arrivé dans l'équipe. • La salade sera présentée dans les bols de plastique ronds avec le couvercle. • La vinaigrette sera servie dans des pots à bec verseur (Tupperware).
Suggestions de dessert		
Ce repas pourrait être accompagné de		
<ul style="list-style-type: none"> • Crème glacée et biscuits secs 		
Notes pour la fin du repas		
<ul style="list-style-type: none"> • 		
Bac jaune		
<ul style="list-style-type: none"> • 		

Jour 14 : Vendredi – dîner (Crêpes)

Notes pour le repas		Le feu dans les coins de tente se doit d'être vif. Il faut avertir moniteurs et campeurs des dangers de brûlures sévères avec la poignée du poêlon. Il est très important d'expliquer la procédure de cuisson des crêpes.	
Entrée : Jus de pommes			
Ingrédients	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> 8 boîtes de jus de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> Ne pas oublier de remplacer les boîtes de jus prises au frigo. (<i>Le jus sera froid pour le prochain service.</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> Servir le jus froid sans l'ouvrir. S'assurer que les coins de tente ont un ouvre-boîte. 	
Repas principal : Crêpes			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> 90 œufs 38 tasses de farine 900 mL d'huile Crisco 300 ml de sel 300 ml de sucre 30 tasses de lait Vanille (si désirée) 	<ul style="list-style-type: none"> Mélanger ensemble tous les ingrédients humides Ajouter graduellement la farine Bien mélanger pour rendre parfaitement homogène Faire cuire la première crêpe avec de la graisse Crisco, les suivantes sans. Il est recommandé de préparer la pâte la veille. <p>NOTE : Le mélangeur KitchenAid, avec son contenant de 4 litres accommode fort bien cette quantité d'ingrédients, i.e.:</p> <ul style="list-style-type: none"> 12 œufs 5 tasses de farine 120 ml d'huile Crisco 40 ml de sel 40 ml de sucre 4 tasses de lait 1 c. à thé vanille 		
Service			
Présenter le mélange à crêpe dans des contenant de 2 litres			
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Sirop d'érable Fruits en conserve Confiture Sucre brun Passer les restes (bacon, etc.) 		<ul style="list-style-type: none"> Sirop d'érable sera servi dans un contenant avec un bec verseur. 	
Suggestions de dessert			
On ne proposa pas de dessert pour ce repas. Les accompagnements s'en chargent.			
Notes pour la fin du repas		•	
Bac jaune		•	

Jour 14 : Vendredi – souper (Lasagne au four)

Notes pour le repas		Nous voici rendu au dernier grand repas du camp... demain sera le grand départ pour la ville!	
Entrée : Soupe du chef			
Ingrédients	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Restes de légumes Restes de viande (comme du poulet, dinde, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> La soupe est un met facile à préparer. On ajoutera au fond de bœuf ou de volaille tous les légumes qui entreront dans la composition de la soupe. Ajouter l'agent de liaison (pâte de tomate ou patates réduites en purée ou riz) vers la fin de la cuisson. Laisser réduire et épaissir. 	<ul style="list-style-type: none"> On servira la soupe dans les soupières d'équipe emplies jusqu'au poignées. La soupe doit être conservée sur le feu jusqu'au moment de servir (la conserver chaude). 	
Repas principal : Lasagnes au four (12 lèche-frites)			
Ingrédients	Préparation		
<ul style="list-style-type: none"> Lasagnes préparées avant le début du camp. Pâtes à lasagne précuites Fromage cottage (x14) Sauce à la viande (au choix) : 15 sauces tomate 4 pâtes tomates Oignons Gousses d'ail Céleri 6 kilos de bœuf haché Épices 	<p>Les lasagnes sont mises au four, congelées, environ 2 heures avant le service. On s'assurera de ne pas trop cuire afin de ne pas assécher les pâtes.</p> <p>Le repas est servi dans le plat d'aluminium recyclable afin de limiter la vaisselle pour les équipes.</p> <p>Ou 17,5 l de sauce à spaghetti.</p>		
Service			
Accompagnements	Préparation	Service	
<ul style="list-style-type: none"> Salade - vinaigrette <ul style="list-style-type: none"> Laitue Tomates Concombres 	<ul style="list-style-type: none"> Laver et essorer la laitue Éplucher, un sur deux, les concombres. Trancher tomates et concombres On peut ajouter de carottes râpées et quelques raisins secs. 	<ul style="list-style-type: none"> On prendra soin de servir la salade et la vinaigrette dans des contenants séparées. Cette pratique assurera que la salade ne sera pas affaissée et détremée à son arrivé dans l'équipe. La salade sera présentée dans les bols de plastique ronds avec le couvercle. La vinaigrette sera servie dans les pots de service avec bec verseur. 	
Suggestions de dessert			
Ce repas pourrait être accompagné de			
<ul style="list-style-type: none"> Shortcake aux fraises Pouding au caramel et biscuits 			
Notes pour la fin du repas	<ul style="list-style-type: none"> À ce moment-ci, le camp achève, bravo pour le travail accomplis. La journée de demain sera exigeante. Il faut nettoyer complètement la cuisine. C'est un long travail qui sera accomplis beaucoup plus rapidement si tous y participent. Référez à la section sur le nettoyage de fin de camp pour les détails et la liste des choses à accomplir. 		
Bac jaune	<ul style="list-style-type: none"> 		

Jour 15 : Samedi – dîner (Tout ce qui reste)

Congélateurs : y a-t-il des restants de repas qui pourraient être décongelés?

Réfrigérateurs : y a-t-il des restants de repas, de légumes, de fruits qui pourraient être utilisés?

Recettes du camp

Les sections qui suivent présentent les recettes pour les différents repas servis pendant le camp. Dans la mesure où l'information est disponible, le nombre de personnes servi sera indiqué. Donc attention de bien comprendre les quantités d'ingrédient requis.

De base

Sauce béchamel en 5 étapes

Qté	Mesure	Ingrédients
3	c. à soupe	Beurre
3	c. à soupe	Farine
2	Tasses	Lait
½		Oignon, haché finement
1		Pincée de muscade
		Sel et poivre au goût

Méthode

Calculer 45 ml (3 c. à soupe) de beurre et 45 ml (3 c. à soupe) de farine pour 500 ml (2 tasses) de lait.

Fais fondre le beurre à feu moyen dans une casserole, ajouter l'oignon, haché finement et brasser jusqu'à ce qu'il devienne tendre et presque translucide (on dirait que tu peux voir à travers !).

Saupoudrer la farine sur le beurre et l'oignon et mélanger à l'aide d'un fouet.

Laisser cuire le mélange de beurre et de farine pendant 1 minute à feu moyen, sans cesser de fouetter. Comme ça, la béchamel ne goûtera pas la farine. Cette étape s'appelle faire un roux. Le roux va servir à épaissir le lait et à faire une belle sauce bien onctueuse.

Ajouter le lait et une pincée de muscade en fouettant constamment à l'aide du fouet. Porter à ébullition (feu moyen-élevé). Si tu arrêtes de fouetter, la sauce aura des grumeaux (les fameux mottons qu'on ne veut pas).

Lorsque la consistance de la sauce devient épaisse et crémeuse (tu sens que ton bras commence à être fatigué de brasser !), retirer la casserole du feu et ajouter du sel et du poivre. Goûter pour voir.

Donne 4 portions

Source : André Courchesne

Origine : <https://www.ricardocuisine.com/recettes/4894-sauce-bechamel-en-5-etapes>

Accompagnements

Salade de chou et sa vinaigrette

Qté	Mesure	Ingrédients
45	mL	Vinaigre de cidre
15	mL	Sirop d'érable
15	mL	Moutarde à l'ancienne
15	mL	Huile d'olive
1,5	L	Chou vert émincé
375	mL	Pacanes concassées, grillées
2		Pommes Cortland, coupées en fine julienne
		Sel et poivre au goût

Méthode

Dans un saladier, mélanger le vinaigre, le sirop d'érable, la moutarde et l'huile. Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger.

Saler et poivrer

Donne de 6 à 8 portions

Source : Céline Courchesne

Origine : <https://www.ricardocuisine.com/recettes/4749-salade-de-chou-de-pommes-et-de-pacanes>

Salade de chou (la préférée d'Alain)

Qté	Mesure	Ingrédients
1		Chou râpé finement
2		Oignons émincés finement
¾	Tasse	Sucre
3		Carottes râpées
2		Branches de céleri râpé
2	c. à thé	Persil séché
1	c. à thé	Sel
1	c. à thé	Ciboulette (facultatif)

Vinaigrette

1	Tasse	Vinaigre de vin blanc
1	c. à thé	Moutarde en poudre
¼	Tasse	Sucre blanc
2½	c. à table	Graines de céleri
¾	Tasse	Huile végétale

Méthodologie

ÉTAPE 1

- Préparer tous les légumes (chou, oignons, carottes, céleri).
- Mélanger ensemble avec ¾ de tasse de sucre et les assaisonnements. Presser avec la main.

ÉTAPE 2

- Dans un bol, mélanger le vinaigre, la moutarde en poudre, ¼ de tasse de sucre et les graines de céleri.

ÉTAPE 3

- Placer sur le feu jusqu'à ébullition. Retirer du feu. Ajouter l'huile végétale. Brasser.

ÉTAPE 4

- Ajouter la vinaigrette à la salade de chou. Laisser tremper pendant 5 min en écrasant à la main pour faire pénétrer.

ÉTAPE 5

- Verser dans des ramequins ou autres plats individuels.

NOTE(S) DE L'AUTEUR

Si vous râpez le chou à l'aide d'un couteau de grosseur moyennes, votre salade sera moins crémeuse. Si vous recouvrez vos plats individuels à l'aide d'une pellicule plastique et que la salade est couverte de vinaigrette, elle se conservera au réfrigérateur pendant environ 1 mois.

Source Recettes.qc.ca

Plats principaux

Porc effiloché à la mijoteuse

Qté	Mesure	Ingrédients
1	2,5 à 3 lb	Épaule de porc (ou encore, 1 filet de porc)
2	c. à soupe	Huile de canola
3		Oignons moyens, coupés en dés
5	Gousses	Ail, émincées
1	c. à soupe	Poudre de chili
½	Tasse	Ketchup
½	Tasse	Sauce chili
¼	Tasse	Cassonade
½	Tasse	Rhum (au goût et facultatif)
2	c. à soupe	Sauce Worcestershire
1	c. à thé	Fumée liquide
		Sel et poivre (au goût)

Méthode

Si vous n'avez jamais goûté à un sandwich au porc effiloché, je vous conseille vivement cette recette. Elle était vraiment excellente et la sauce barbecue est succulente. Le tout est cuit à la mijoteuse. En fin de cuisson, il reste 40% du poids initial de la viande non-cuite.



Assaisonner l'épaule de porc (ou le filet de porc) avec le sel et le poivre.

Chauffer une grande poêle à feu « moyen » à « élevé ». Ajouter l'huile de canola et dorer attentivement le porc de tous les côtés. Attention de ne pas abimer l'enduit antiadhésif de la poêle avec l'os.

Placer le porc dans la mijoteuse.

Pour préparer la sauce, ajouter les oignons et l'ail à la poêle à sauter et sauter jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Ajouter les ingrédients restants avec le rhum en dernier. Verser la sauce sur l'épaule de porc (ou le filet) et couvrir la mijoteuse puis cuire à feu « doux » pendant environ 8 heures jusqu'à ce que le porc soit tendre.

Retirer le porc de la sauce et laisser refroidir légèrement. Ensuite, déchiqeter à l'aide de deux fourchettes pour séparer la viande.

Écumer le gras à la surface de la sauce puis retourner la viande déchiqetée dans la mijoteuse et cuire à feu « doux » pour 30 minutes additionnelles.

Servir le porc effiloché avec des petits pains et les condiments souhaités.

Donne	Origine	Appréciation
8 portions	http://lesdelicesdemaya.blogspot.ca/2010/09/porc-effiloche-avec-sauce-barbecue.html	Excellent

Poulet au beurre express

Qté	Mesure	Ingrédients
675	Gr	Hauts de cuisse de poulet désossés sans la peau, coupés en morceaux
45	MI	Beurre
15	MI	Poudre de cari
2,5	MI	Poudre d'ail
1	284 ml	Soupe condensée aux tomates, non diluée
1	284 ml	Lait (mesuré avec la boîte de conserve de soupe)
		Poivre

Méthode

Dans une grande poêle antiadhésive à feu vif, dorer les hauts de cuisse dans le beurre avec le cari et la poudre d'ail. Ajouter la soupe aux tomates et le lait.

Porter à ébullition en remuant et laisser mijoter doucement de 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit bien épaisse.

Servir avec du riz et du pain naan.

Donne : 4 portions

Source : [Ricardocuisine.com](https://www.ricardocuisine.com)

Sauce à spaghetti au bœuf (Michel Lemay)

Qté	Mesure	Ingrédients
6	Kg	Bœuf haché maigre
		Huile d'olive
7		Gros oignons jaunes
36		Gousses d'ail
9		Petits poivrons verts
1		Pied de céleri
680	Gr	Champignons blancs
6	2,86 l	Tomates en dés (nature, avec basilic ou épices italiennes)
14	680 ml	Sauce aux tomates
10	156 ml	Pâte de tomates
2/3	Tasse	Origan séché
2/3	Tasse	Basilic séché
2/3	Tasse	Assaisonnement italien (Italiano)
¼	Tasse	Sel
¼	Tasse	Poivre noir
¼	Tasse	Sucre ¹ (ajuster en fonction de l'acidité des tomates)

MÉTHODE

NOTE : Prévoir deux grands chaudrons pour préparer la sauce et une très grande poêle pour faire sauter les légumes.

Couper les légumes grossièrement (sauf l'ail) puis les passer au robot culinaire (les enfants ne veulent pas voir de légumes). Et réserver.

Éplucher l'ail et mettre de côté. Ouvrir toutes les boîtes de conserve.



Considérant la quantité de légumes, passer la moitié des légumes dans une très grande poêle avec un peu d'huile d'olive pour en évaporer l'eau². Pendant ce temps, dans deux (2) grands chaudrons y chauffer de l'huile d'olive et diviser en deux (2) le bœuf haché et le faire revenir jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.

Ajouter au premier chaudron, la première moitié des légumes. Poêler la deuxième moitié des légumes et ajouter au deuxième chaudron. Bien mélanger les légumes avec la viande. Ajouter la moitié des boîtes de tomates en dés, de sauce et de pâte de

tomates au premier chaudron puis répéter pour le deuxième.

Haché l'ail au couteau ou rapidement au robot puis répartir l'ail également entre les deux chaudrons.

Laisser mijoter 30 à 45 minutes et assaisonner avec l'origan, le basilic, l'assaisonnement italien, le sel et le poivre. Ajouter un peu de sucre pour couper l'acidité. Laisser mijoter, goûter et ajuster l'assaisonnement, au besoin.

Laisser mijoter environ une heure. Chaque chaudron donnera environ 22 litres de sauce.

Verser la sauce avec la louche géante dans les contenants en polycarbonate transparent de 10 litres (il y en a quatre (4)) et dans un ou deux contenants de plastique de crème glacée.

Donne	Origine	Appréciation
Environ 44 litres de sauce	Recette originale : http://allrecipes.com/recipe/158140/spaghetti-sauce-with-ground-beef/ mais largement modifiée.	Excellente

¹ Le sucre pourrait être remplacé par une carotte ou une pomme râpée.

² Pour éviter l'étape de sauter les légumes, déposer les dans une passoire pour les égoutter naturellement.

Desserts

Croquant à la farine d'avoine (Michel Lemay)

Qté	Mesure	Ingrédients
2	Tasse	Beurre ou de margarine
4	Tasse	Cassonade
4	c. à thé	Poudre à pâte
8	Tasse	Farine d'avoine (petit flocon)
½	c. à thé	Sel

Méthode

Faire fondre le beurre (ou la margarine) à feu doux dans un « cul de poule » de grandeur moyenne.

Y ajouter la cassonade.

Bien brasser jusqu'à ce que le mélange devienne crémeux.
Ajouter la poudre à pâte et le sel. Ajouter la farine d'avoine.

Bien enrober la farine d'avoine du mélange de beurre/cassonade.

Diviser le mélange en deux et déposer dans deux lèchefrites (avec des poignées) bien **graisser**.

Cuire à 350°F de 20 @ 25 minutes.

NOTE : Ne pas trop cuire sinon les croquants seront trop durs.

Rendement : Une lèchefrite donne des croquants pour deux patrouilles ou un moniteur ;-)

Carrés à la farine d'avoine au chocolat et eu beurre d'arachide (Michel Lemay)

Carré magique (André Courchesne)

Qté	Mesure	Ingrédients
½	Tasse	Beurre
1 ½	Tasse	Chapelure Graham
1	Boîte	Lait condensé sucré Eagle Brand
1	Tasse	Brisures de chocolat semi-sucré
1¼	Tasse	Noix de coco râpée
1	Tasse	Noix de Grenoble hachés

Méthode

- Chauffer le four à 350°F (325°F si le moule est en verre)
- Dans un moule de 13 x 9, faire fondre le beurre au four.
- Répandre la chapelure dans le plat et mélanger avec le beurre.
- Bien presser au fond du plat.
- Répandre le lait condensé (Eagle Brand) également.
- Recouvrir des autres ingrédients.
- Presser fermement.
- Cuire de 25 à 30 minutes ou jusqu'à légèrement doré.
- Refroidir avant de couper.

Ne pas trop couvrir

Gâteau Reine Elisabeth (inconnu)

Qté	Mesure	Ingrédients
1/3	Tasse	Beurre
2		Œufs bien battus
1	Tasse	Sucre
1 ½	Tasse	Farine
1	c. à thé	Poudre à pâte
1	c. à thé	Bicarbonate de soude (petite vache)
1	Tasse	Dattes coupées (optionnelle)
1	c. à thé	Vanille
½	Tasse	Eau
½	Tasse	Jus d'orange
2/3	Tasse	Cassonade
6	c. à soupe	Beurre
4	c. à soupe	Crème 35%
1	Tasse	Noix de coco râpée

Méthode

- Bien mélanger le beurre, les œufs et le sucre. Réserver.
- Mélanger la farine, la poudre à pâte et le bicarbonate de soude, incorporer le premier mélange.
- Cuire les dattes 5 minutes dans ½ tasse d'eau et ½ tasse de jus d'orange bouillant. Ajouter au mélange les dattes avec le liquide.
- Ajouter la vanille, bien mélanger.
- Cuire à 350°F de 25 à 30 minutes.

Glaçage

- Mettre tous les ingrédients dans une casserole et faire bouillir quelques minutes.
- Verser et étendre sur le gâteau refroidi.
- Mettre le gâteau à brunir sous le grill (la surveillance est de mise)

Gâteau renversé aux rôties, bananes et beurre d'arachide

Qté	Mesure	Ingrédients
1		Baguette de pain de quelques jours
4		Œufs
½	Tasse	Crème épaisse
1	c. à thé	Vanille
1	c. à thé	Cannelle
¼	Tasse	Beurre
1	Tasse	Sucre brun
½	Tasse	Crème épaisse
½	Tasse	Beurre d'arachide
1		Grosse banane tranchée

Méthode

- Préchauffer le four à 375°F/190°C.
- Sur une planche à découper, couper la baguette en deux dans le sens de la longueur, puis couper en morceau de 1 pouce.
- Dans un bol, battre les œufs, la crème épaisse, la vanille et la cannelle. Y ajouter et bien mélanger le pain jusqu'à ce que le pain soit bien humecter du mélange d'œufs.
- Dans une poêle en fonte, sur feu bas, battre le beurre, le sucre brun et la crème épaisse jusqu'à ce que le mélange fasse des bulles, environ 3 minutes.
- Y ajouter et mélanger le beurre d'arachide jusqu'à ce que le mélange fasse des bulles, environ 3 minutes.
- Ajouter les bananes tranchées et s'assurer que toutes les tranches sont bien recouvertes de la sauce.
- Verser le mélange de pain sur la sauce dans la poêle et étendre également. Cuire 30 minutes jusqu'à bien doré et croustillant.
- Laisser la poêle refroidir environ 5 minutes puis couvrir d'une grande assiette. En tenant fermement l'assiette, retourner la poêle sens dessus-dessous, permettant aux bananes et à la sauce de bien couler sur le gâteau.

Source : [Buzzfeed.com](https://www.buzzfeed.com)

Mousse à l'érable

Qté	Mesure	Ingrédients
1	Tasse	Sirop d'érable
2		Blancs d'œuf

Méthode

- Monter les blancs en neige puis réserver.
- Faire chauffer le sirop à 238°F.
- Monter les blancs en neige.
- Verser le sirop chaud en fin filet, tout en brassant constamment, sur les blancs déjà montés en neige

Pain aux bananes (Michel Lemay)

Qté	Mesure	Ingrédients
1	Tasse	Bananes très mûres en purées (env. 2 bananes)
1	Tasse	Sucre
¼	Tasse	Huile végétale
½	Tasse	Crème sûre ou yogourt nature ou à la vanille
2		Œufs battus
1 ½	Tasse	Farine
1	c. à thé	Poudre à pâte
1	c. à thé	Bicarbonate de soude
½	c. à thé	Sel

Méthodologie

Bien mélanger tous les ingrédients.

Verser dans un moule à pain (9 x 5) graissé et enfariné.

Cuire de 1 à 1 ¼ heure à 325°F ou 160°C.

Note :

- La crème sûre peut être remplacée par du yogourt. Le pain sera moins gras.
- Ajouter une grosse poignée de pépites de chocolat après avoir bien mélangé les ingrédients.

Pain au citron glacé (Michel Lemay)

Qté	Mesure	Ingrédients
4½	Tasses	Farine
3	c. à thé	Poudre à pâte
1½	c. à thé	Sel
3		Citrons (jus et zeste) + ReaLemon (au cas où)
1½	Tasse	Beurre (à température ambiante)
3	Tasses	Sucre
6		Œufs
1½	Tasse	Lait
Glace		
1½	Tasse	Sucre
12	c. à soupe	Jus de citron (combinaison du jus des citrons et de ReaLemon, au besoin)

Méthode

Préchauffer le four à 350°F.

Graisser trois moules à pain de 9 x 5 x 3 pouces. Si désiré, placer une bande de papier parchemin au fond du moule pour en faciliter le démoulage.

Dans un cul de poule moyen, tamiser ensemble la farine, la poudre à pâte et le sel.

Dans le bol à mélanger du mélangeur sur socle³, crémiser le beurre **qui doit être à la température de la pièce** puis y ajouter le sucre et le zeste des citrons. Y ajouter les œufs jusqu'à ce que le mélange soit léger.

Ajouter les ingrédients secs en alternance avec le lait. Et ce, en trois fois pour les ingrédients secs et deux fois pour le lait.

Cuire de 60 à 70 minutes ou jusqu'à ce qu'une lame de couteau en ressorte propre.

Pour préparer la glace, combiner le sucre et le jus de citron sans trop dissoudre le sucre. Puis verser sur le pain au citron 5 minutes après la sortie du four. Laisser refroidir complètement avant de démouler.

Donne	Origine	Appréciation
3 pains	Michel Lemay	Excellent

³ Ne pas mélanger à la main, ne donne pas la consistance désirée.

Pain aux épices (Lianne Laurin)

Qté	Mesure	Ingrédients
1	Tasse	Zucchini râpé
1	Tasse	Sucre
½	Tasse	Huile
2		Œufs
½	c. à thé	Vanille
½	c. à thé	Gingembre
½	c. à thé	Clous de girofle
½	c. à thé	Sel
½	c. à thé	Bicarbonate de soude
1 ½	Tasse	Farine
½	c. à thé	Cannelle
½	Tasse	Raisins secs

Méthode

Combiner les 9 premiers ingrédients au robot ou au malaxeur. Y ajouter la farine, la vanille et les raisins.

Verser dans un moule à pain (9 x 5) graissé et enfariné.

Cuire 1 heure à 350 °F.

Note : Les épices peuvent être doublées.

Pain doré / pain perdu / French Toast

Qté	Mesure	Ingrédients
3		Œufs Pincée de sel Pincée de muscade
½	Tasse	Sirop d'érable
1	Tasse	Lait
¼	Tasse	Crème
±8		Tranches de vieux pain (c'est meilleur quand le pain a perdu sa fraîcheur mais encore comestible)

Méthode

- Mélanger tous les ingrédients dans un contenant plat. Il sera plus facile d'y tremper le pain.
- Y tremper le pain et le laisser s'imprégner du mélange.
- Faire cuire, à feu moyen, si possible dans un poêlon antiadhésif.

Pouding au riz

Qté	Mesure	Ingrédients
2 2/3	Tasses	Riz non cuit
8		Œufs
2 2/3	Tasses	Sirop d'érable
6	Tasses	Lait
		Pincée de sel
½	c. à thé	Muscade
2	Tasses	Raisins secs

Méthode

- Préchauffer le four à 350°F.
- Cuire le riz selon les indications en s'assurant de ne pas trop le cuire. La cuisson se terminera au four.
- Mélanger les œufs et le sirop.
- Ajouter le reste des ingrédients au mélange liquide.
- Incorporer le riz égoutté.
- Mélanger.
- Cuire, au four à 350°F dans un bain marie (préparé avec de l'eau bouillante) pour environ 50 à 60 minutes.

Ce dessert, qui se prépare à l'avance, sera servi froid et accompagné de biscuits style « Petit Beurre ».

Note : Si on utilise un plat en verre pour le bain-marie au four, soustraire 25°F de la température de cuisson.

Pouding chômeur

Qté	Mesure	Ingrédients
Pour le gâteau		
½	Tasse	Sucre blanc
1	Tasse	Farine
2	c. à thé	Poudre à pâte
½	c. à thé	Sel
½	Tasse	Lait
Pour le sirop		
1	Tasse	Eau
2	Tasses	Cassonade
1	c. à table	Beurre

Méthode (préparation du sirop)

- Dans une casserole, mélanger ensemble les ingrédients (eau, cassonade et beurre), les faire chauffer, sans les faire bouillir.
- Réserver.

Méthode (préparation du gâteau)

- Préchauffer le four à 400°F.
- Beurrer un moule en verre pour la cuisson.
- Mélanger ensemble les ingrédients secs : sucre, farine, poudre à pâte et sel.
- Ajouter le lait aux ingrédients secs. Le résultat sera une pâte blanche, collante qui s'affaisse dans le bol à mélanger.
- Transférer cette boule de pâte dans le moule en verre BEURRÉ.
- Couvrir du sirop (le sirop peut encore être chaud mais seulement si vous êtes prêt à enfourner immédiatement).
- Placer au four préchauffé et cuire 30 minutes à 400°F. **Attention** le sirop est brûlant et peut causer de sérieuses blessures.

Le gâteau est meilleur si, à la sortie du four, on l'enfonce dans le sirop avant de le servir. Laissez le gâteau refroidir un peu avant de le remettre aux enfants.

Sablés

Qté	Mesure	Ingrédients
½	Tasse	Fécule de maïs
½	Tasse	Sucre à glacer
1	Tasse	Farine
¾	Tasse	Beurre

Méthode

- Tamiser la farine, la fécule de maïs et le sucre à glacer trois fois.
- Incorporer le beurre jusqu'à l'obtention d'une pâte molle et douce.
- Façonner en boule de 1 pouce
- Disposer sur une tôle non graissée.
- Aplatir à la fourchette.

Cuire 15 à 20 minutes au four à 300°F ou jusqu'à ce que la pâte soit légèrement dorée.

Donne : ??? sablés

Tarte au sirop d'érable

Qté	Mesure	Ingrédients
1	Tasse	Sirop d'érable
1	Tasse	Eau
3	c. à soupe	Fécule de maïs
1	c. à thé	Beurre
1		Croûte à tarte déjà cuite (??? Dimension)

Méthode

- Mélanger le sirop, l'eau et la fécule de maïs
- Porter à ébullition jusqu'à consistance épaisse
- Ajouter alors le beurre
- Verser dans la croûte à tarte déjà cuite
- Laisser refroidir et servir froid

Ce dessert, qui se prépare à l'avance, sera servi froid et accompagné de crème fouettée.

Donne : 1 tarte

Listes de contrôle (début du camp)

Développer des listes de contrôle détachable pour aider l'équipe de la cuisine. Ils pourront consulter le livre de cuisine pour obtenir plus d'information.

Inventaire des desserts des bénévoles

Tableau 5 – Inventaire des desserts reçus des bénévoles

Desserts reçus	Quantité	Congélateur	Instructions, si nécessaire
Brownies (Lianne)			Dégeler une heure avant de servir.
Carrés à la farine d'avoine au chocolat et beurre d'arachide (Michel)			Décongeler mais garder au froid... sinon le chocolat sera trop fondant.
Gâteaux aux carottes (Lucie)			
Gâteaux commerciaux			Ne pas décongeler.
Pains au citron (Michel)			Dégeler une heure avant de servir.
Pains au zucchini (Lianne)			
Pains aux bananes (xxxx)			Dégeler une heure avant de servir.
Pains aux bananes (xxx)			Dégeler une heure avant de servir.
Tartes (xxxx)			Dégeler deux heures avant de servir.

