

GUIDE NUTRITIONNEL DE CASEY'S



VISEZ SANTÉ^{MC}



	Serving Size (g)	Energy (calories)	Total Fat (g)	Saturated Fat (g)	Protein (g)	Carbohydrate (g)	Fibre (mg)	Sugars (g)	Cholesterol (g)	Sodium (g)
Salade thaïlandaise au filet avec 1 oz de vinaigrette)	549	410	6	2,5	32	56	7	21	70	660
Saumon sur planche de cèdre avec pomme de terre au four nature et légumes vapeur	593	660	19	4	49	73	10	0	75	470
Mahi-mahi à la mangue avec pomme de terre au four nature et légumes vapeur	648	510	2	0,4	45	79	12	0	85	400
Surlonge de 8 oz avec pomme de terre au four nature et légumes vapeur	619	610	12	5	59	66	7	0	125	390
Filet mignon de 8 oz avec pomme de terre au four nature et légumes vapeur (Québec seulement)	619	630	13	6	59	69	9	0	135	280

SOUPES

Soupe aux poivrons rouges rôtis	386	320	25	15	4	20	5	14	80	1460
Soupe à l'oignon gratinée	397	200	11	6	12	13	1	4	25	910

ENTRÉES

Ailes de poulet classiques (1 lb) - sans trempette ni crudités	468	1130	82	18	77	14	1	4	420	360
Ailes de poulet enfarinées (1 lb) - sans trempette ni crudités	496	1210	82	18	80	33	2	5	420	1320
Ailes de poulet classiques (2 lb) - sans trempette ni crudités	573	1330	94	22	96	17	1	5	525	450
Ailes de poulet enfarinées (2 lb) - sans trempette ni crudités	630	1500	94	22	101	55	3	7	525	2370
Muchos nachos avec trempettes	1108	2060	102	47	71	221	23	29	190	7060
Quesadilla au poulet avec trempettes	463	910	45	27	61	67	7	11	210	1770
Trempette aux épinards et artichauts - sans pain nan ou croustilles de maïs	255	530	45	19	15	16	1	8	75	1290
Tornades de patate avec trempettes	565	1330	114	15	13	68	5	7	190	850
Pain à l'ail gratiné tout garni - grande portion	579	1390	95	58	49	88	6	7	260	2160
Pain à l'ail gratiné tout garni - petite portion	289	690	47	29	24	44	3	4	130	1080
Tacos au poulet	377	560	33	4	37	32	4	13	95	900
Bouchées de poulet sucrées et épicées	545	890	39	2,5	69	67	5	16	170	2660
Calmars à l'asiatique	413	1040	59	6	37	122	7	9	330	2480
Brie grillé avec pesto - avec crostinis (Québec seulement)	282	830	59	31	33	49	3	1	175	1360

SALADES

Salade thaïlandaise au filet mignon avec vinaigrette	590	740	34	11	40	71	6	17	105	1260
Salade aux épinards et crevettes grillées	391	650	50	11	23	31	6	10	405	1530
Salade aux épinards et crevettes grillées - sans vinaigrette	329	350	20	8	21	23	5	7	340	1340
Salade aux épinards	326	620	48	11	16	31	6	10	310	1090
Salade César	279	550	45	9	20	18	4	3	125	1460
Salade César - sans vinaigrette	212	230	12	6	17	16	4	3	35	1120
Salade Cobb sans vinaigrette (Ontario seulement)	631	520	27	12	54	15	4	10	355	670
Salada Baja avec vinaigrette (Québec seulement)	681	980	68	21	50	49	9	12	180	1140

GUIDE NUTRITIONNEL DE CASEY'S



	Serving Size (g)	Energy (calories)	Total Fat (g)	Saturated Fat (g)	Protein (g)	Carbohydrate (g)	Fibre (mg)	Sugars (g)	Cholesterol (g)	Sodium (g)
POISSONS										
Mahi-mahi à la mangue avec riz pilaf et légumes	894	670	11	6	46	104	11	29	145	950
Saumon sur planche de cèdre avec riz pilaf et légumes	670	790	31	4.5	47	85	8	13	100	1260
Poisson pané et frites (portion simple) avec salade de chou et sauce tartare	492	1250	95	6	19	83	15	10	95	1030
Poisson pané et frites (portion double) avec salade de chou et sauce tartare	574	1410	103	6	28	95	16	11	115	1410
PÂTES ET RIZ										
Rigatoni à la bolognaise (sans pain à l'ail)	515	740	21	8	24	104	5	6	70	1810
Penne au poulet (sans pain à l'ail)	474	900	31	5	56	96	6	13	110	1140
Linguine aux neuf légumes (sans pain à l'ail)	661	1180	80	15	32	93	13	12	100	1260
Jambalaya louisianais (sans pain à l'ail)	774	1160	68	13	47	86	6	13	240	2350
Pain à l'ail (en accompagnement)	67	170	9	6	4	19	1	1	30	230
INSPIRATION ASIATIQUE										
Pad thaï aux légumes	661	740	23	4.5	36	102	8	42	215	2040
Pad thaï au poulet	718	810	21	4	62	99	8	42	310	2140
Pad thaï aux crevettes	718	720	20	4	40	99	8	42	380	2810
Sauté au poulet et noix de cajou	809	1380	60	6	64	153	13	31	120	1150
HAMBURGERS (SANS ACCOMPAGNEMENT)										
Hamburger2	770	1770	120	56	89	76	3	6	355	2530
Hamburger à la dinde	416	680	31	12	57	44	4	6	145	200
Hamburger bacon et cheddar	563	1020	60	28	52	67	5	9	180	1990
Hamburger le favori du boucher	519	840	46	20	41	66	5	9	140	1200
Hamburger au fromage suprême	633	1290	86	43	69	68	5	9	255	2380
Hamburger BBQ de Memphis	472	960	52	22	40	74	4	19	165	1690
Hamburger barbecue au bleu	655	1130	62	27	53	84	6	21	190	2630
Hamburger californien	433	920	57	22	44	60	4	5	145	1630
Hamburger aux légumes grillés	397	460	17	4.5	23	54	8	7	15	1390
Hamburger bison aux trois fromages (Québec seulement)	449	840	47	25	62	42	3	4	170	1280
SANDWICHES (SANS ACCOMPAGNEMENT)										
Sandwich du marché	470	840	47	18	54	51	4	14	220	1360
Sandwich multigrain à la dinde	468	1040	63	22	51	72	8	8	150	2380
Sandwich au bifteck (Ontario seulement)	259	670	36	12	66	19	1	2	200	590
L'imbattable baguette de côte de boeuf (Québec seulement)	313	810	53	21	38	43	3	4	120	660
Sandwich de la mer	396	890	65	8	20	60	5	10	65	1270
Sandwich Cobb (Ontario seulement)	509	1100	75	20	52	56	4	8	370	2480

GUIDE NUTRITIONNEL DE CASEY'S



	Serving Size (g)	Energy (calories)	Total Fat (g)	Saturated Fat (g)	Protein (g)	Carbohydrate (g)	Fibre (mg)	Sugars (g)	Cholesterol (g)	Sodium (g)
BIFTECKS (SANS ACCOMPAGNEMENT)										
Deux filets mignons de 4 oz (Ontario seulement)	295	570	31	13	64	4	0	1	175	750
Bavette de 8 oz (Québec seulement)	295	610	32	14	72	4	0	1	145	760
Contre-filet de 12 oz	350	540	30	13	60	1	0	0	180	530
Faux-filet de 16 oz	464	970	44	19	134	1	0	0	310	640
Surlonge de 8 oz (Ontario seulement)	237	580	35	15	62	1	0	0	170	480
Filet mignon de 8 oz (Québec seulement)	237	580	34	15	64	1	0	0	205	500
CÔTES LEVÉES /POULET (SANS ACCOMPAGNEMENT)										
Carré entier de côtes levées	453	1460	113	40	89	16	2	6	425	2600
Demi-carré de côtes levées	227	730	57	20	45	8	1	3	210	1300
Demi-carré de côtes levées et poulet de la rôtisserie	363	960	75	25	64	8	1	3	275	2520
Demi-poulet de la rôtisserie	340	750	42	12	86	5	0	5	360	1250
Quart de poulet (poitrine)	170	310	13	4	45	2	0	2	150	570
Quart de poulet (cuisse)	142	360	24	7	34	2	0	2	175	570
Lanières croustillantes de poulet	268	620	34	2	59	20	1	2	155	1150
Lanières de poulet Buffalo enrobées de sauce moyenne	311	730	47	10	59	20	1	2	190	1310
Fajitas au poulet (1/2 lb) (Québec seulement)	571	670	36	2	61	26	5	17	170	3300
Garnitures pour fajitas (Québec seulement)	389	600	35	18	23	56	12	11	65	1530
À-CÔTÉS										
Frites	255	680	45	2,5	8	61	13	3	0	640
Frites de patate douce (sans trempette cajun piquante)	255	760	53	3	5	67	8	19	0	1130
Pomme de terre au four avec crème sure et oignon vert	342	410	12	3	9	66	7	5	15	280
Riz pilaf	224	470	6	2,5	12	98	4	4	10	1010
Sauce au poivre	58	35	2	0,5	1	3	0	1	5	260
Salade de chou	90	50	2	0	1	8	2	4	0	230
Vinaigrette balsamique	67	220	25	1,5	0	4	0	3	0	410
Sauce au jus (Québec seulement)	121	25	0,1	0	0,2	6	0	1	0	930
Vinaigrette César	60	280	29	2,5	3	2	0	0	75	310
Sauce pour poulet de la rôtisserie	67	45	0,5	0	0	9	0	1	10	700
Sauce barbecue Budweiser et Jack Daniel's	60	120	0	0	1	28	0	26	0	340
Sauce au boeuf	85	30	0,5	0,4	1	4	0	0	0	430
Sauce épicée pour ailes de poulet	60	170	18	11	0	3	0	0	45	1060
Sauce moyenne pour ailes de poulet	60	170	18	11	0	2	0	0	45	1030
Sauce douce pour ailes de poulet	68	119	0,1	0	0,3	27	1	24	0	680
Vinaigrette Ranch	58	300	31	5	1	3	0	2	15	570
Trempette cajun piquante	65	260	27	4,5	2	2	0	2	60	340
Pain nan pour trempette	184	460	7	0,8	16	82	2	4	0	960
Croustilles de maïs pour trempette	80	263	8	0,5	6	43	3	0	0	685

GUIDE NUTRITIONNEL DE CASEY'S



	Serving Size (g)	Energy (calories)	Total Fat (g)	Saturated Fat (g)	Protein (g)	Carbohydrate (g)	Fibre (mg)	Sugars (g)	Cholesterol (g)	Sodium (g)
--	------------------	-------------------	---------------	-------------------	-------------	------------------	------------	------------	-----------------	------------

MENU POUR ENFANTS

Poisson pané et frites - enfant	241	150	5	0.5	17	8	4	4	55	390
Pâtes en sauce tomate (avec pain à l'ail) - enfant	165	330	16	1	17	29	1	5	30	760
Pâtes au beurre (avec pain à l'ail) - enfant	235	280	6	3	8	47	3	6	10	560
Lanières de poulet panées - à la carte - enfant	178	430	28	17	7	41	2	2	70	115
Hamburger - à la carte - enfant	178	400	17	1	27	35	0	26	70	1030
Lanières de poulet grillées - à la carte - enfant	247	770	45	20	20	55	3	5	150	640
Sauté aux légumes - enfant	288	420	19	1	9	55	5	33	95	550
Nachos au fromage - à la carte - enfant	201	460	21	10	0	52	5	4	40	1350
Frites - enfant	113	300	20	1	4	27	6	1	0	290
Salade sans vinaigrette - enfant	227	45	0	0	2	10	3	6	0	20
Riz - enfant	224	470	6	2.5	12	98	4	4	10	1010
Soupe aux poivrons rouges rôtis - enfant	170	70	2.5	0.5	8	4	0	1	20	520
Bâtonnets de carottes et céleri, sans trempette - enfant	113	35	0	0	1	8	2	4	0	70
Crème glacée à la vanille avec vers en gélatine	101	130	4	1.5	1	24	0	17	15	40
Crème glacée au chocolat et au beurre d'arachides avec vers en gélatine	101	180	7	3	2	27	1	20	10	35

DESSERTS (TOUT COMPRIS)

Mini-shortcake aux fraises	100	190	4.5	2	3	36	0	2	45	80
Mini-coupe glacée brownie au beurre d'arachides	135	410	19	8	6	57	3	41	55	190
Coupe glacée aux trous de beigne sucre et cannelle	176	480	18	8	4	78	1	52	30	420
Coupe glacée aux nachos sucrés	191	680	38	5	3	84	2	64	20	190
Trio de mini-gâteaux au fromage	182	610	44	27	11	44	1	37	210	550
Croustade aux pommes de Mary	746	1080	33	19	11	194	14	132	90	40
Gâteau décadent au chocolat	421	1670	78	25	17	231	8	162	145	1440
Trous de beigne sucre et cannelle	329	1740	59	32	11	295	3	192	35	1570
Nachos sucrés	516	1650	49	10	7	303	4	209	60	600
Tarte aux pacanes (Ontario seulement)	436	830	53	23	2	86	4	54	115	630
Tarte au sucre (Quebec seulement)	191	570	35	20	1	51	4	28	85	500
Crème glacée à la vanille	85	80	4	1.5	1	12	0	9	15	35
Crème glacée au chocolat et beurre d'arachides	85	130	7	3	2	15	1	11	10	30
Sauce au chocolat	56	280	14	11	2	41	0	27	0	110
Sauce aux fraises	56	120	0	0	0	28	0	28	0	0
Sauce au caramel	67	170	7	4	0	29	0	29	25	5

REMARQUES :

- (a) L'information nutritionnelle et celle des allergènes se basent sur les données provenant de nos fournisseurs.
- (b) Les portions peuvent varier et une substitution des ingrédients est possible.
- (c) Les calculs se basent sur les données nutritionnelles et des allergènes en date de cet affichage seulement.
- (d) Le logiciel servant à recueillir les données de tout plat au moyen des données d'ingrédients n'est pas exempt d'erreurs transmises sans détection ni correction.
- (e) Il est possible que les offres d'une durée limitée soient exclues de ce tableau.
- (f) Tout produit frit peut contenir un ou tous les allergènes énumérés à ce tableau puisque l'huile de friture peut être contaminée par les allergènes provenant des aliments frits.

REMARQUE ADDITIONNELLE :

Veillez informer votre serveur si l'un des membres de votre groupe ou vous-même souffrez d'allergies ou de sensibilité à tout ingrédient. Nous ne pouvons garantir que nos restaurants et leurs plats sont entièrement exempts d'arachides – un ingrédient pouvant provoquer de graves réactions allergiques chez certaines personnes.

Casey's is a registered trade-mark of Prime Restaurants Inc. Used under license. © 2010 Prime Restaurants Inc.



‡ PLAT VISEZ SANTÉMC

Les diététistes de la Fondation des maladies du cœur ont évalué ces plats afin de s'assurer qu'ils répondent aux critères nutritionnels spécifiques définis par le programme Visez santé MC en se basant sur les recommandations du Guide alimentaire canadien. Les restaurants participants paient des frais afin d'aider à couvrir les coûts de ce programme volontaire, sans but lucratif.



Casey's est une marque déposée de Prime Restaurants Inc.
Utilisée sous licence. © 2010 Prime Restaurants Inc.

MAI 2011