



grano *Vraac*

— épicerie ÉCO & BIO —

Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 RUES
PRINCIPALES
identité • proximité • prospérité

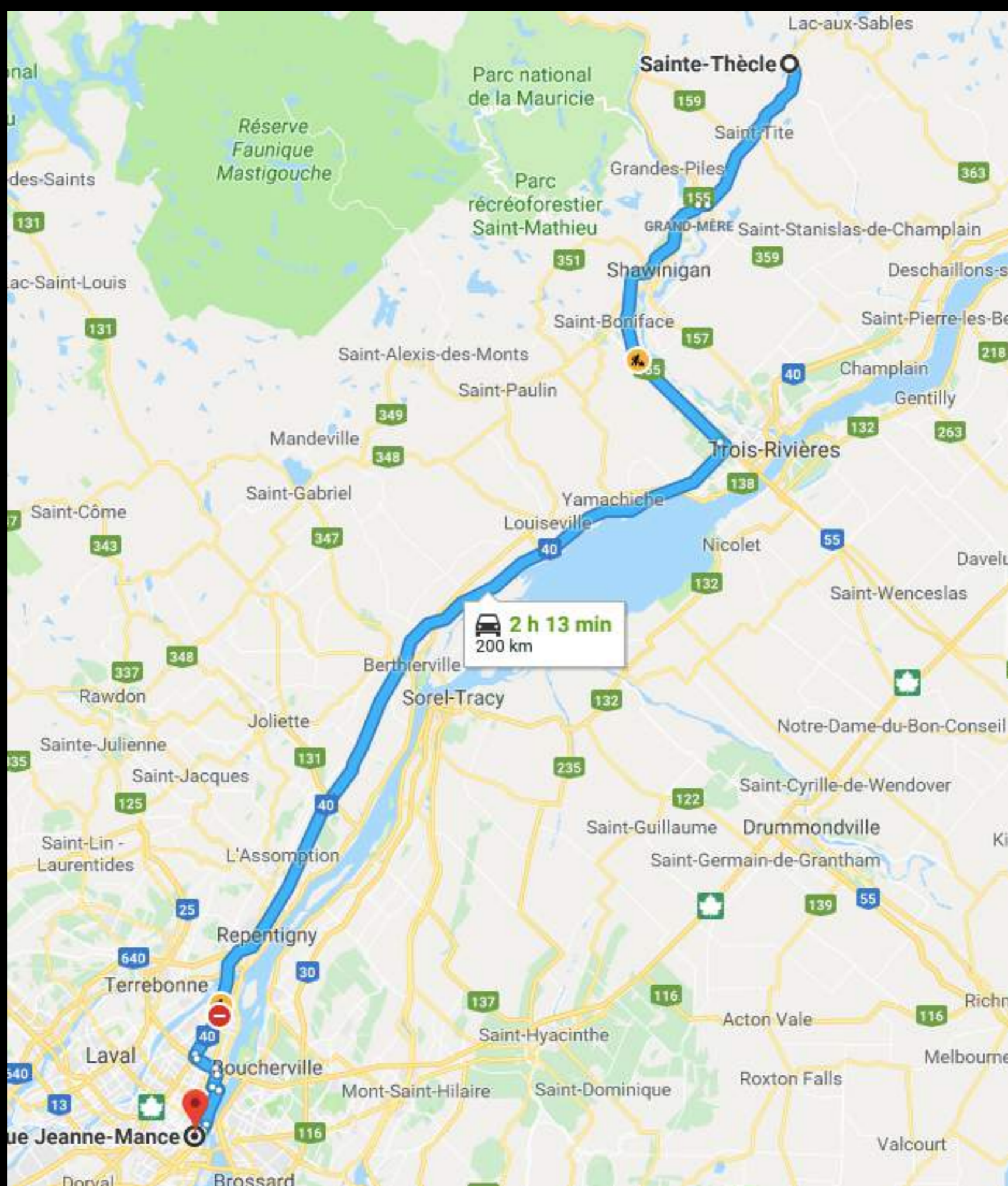
Grano



Vrac & Délices

Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

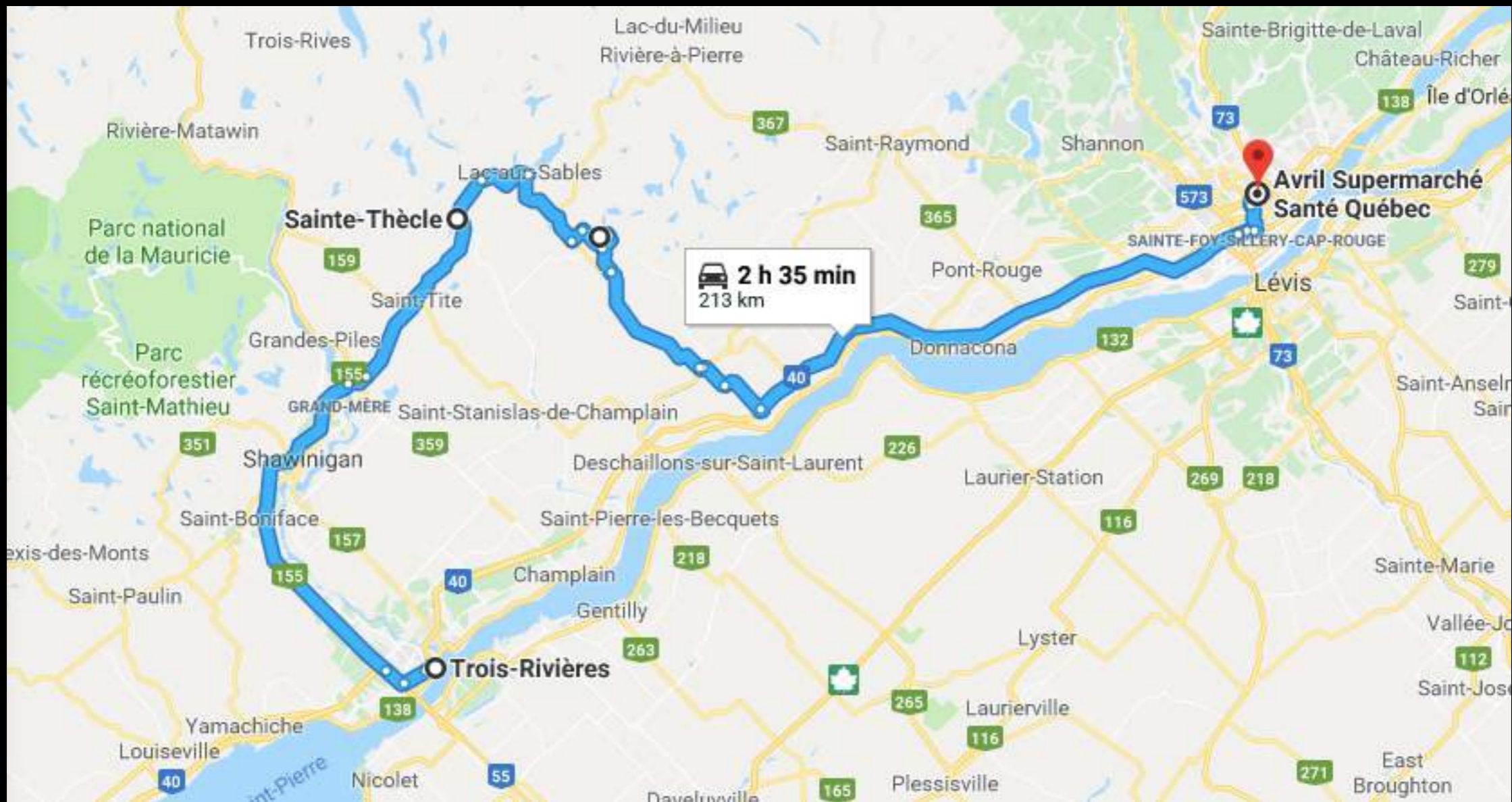
 RUES
PRINCIPALES
Identité • proximité • prospérité

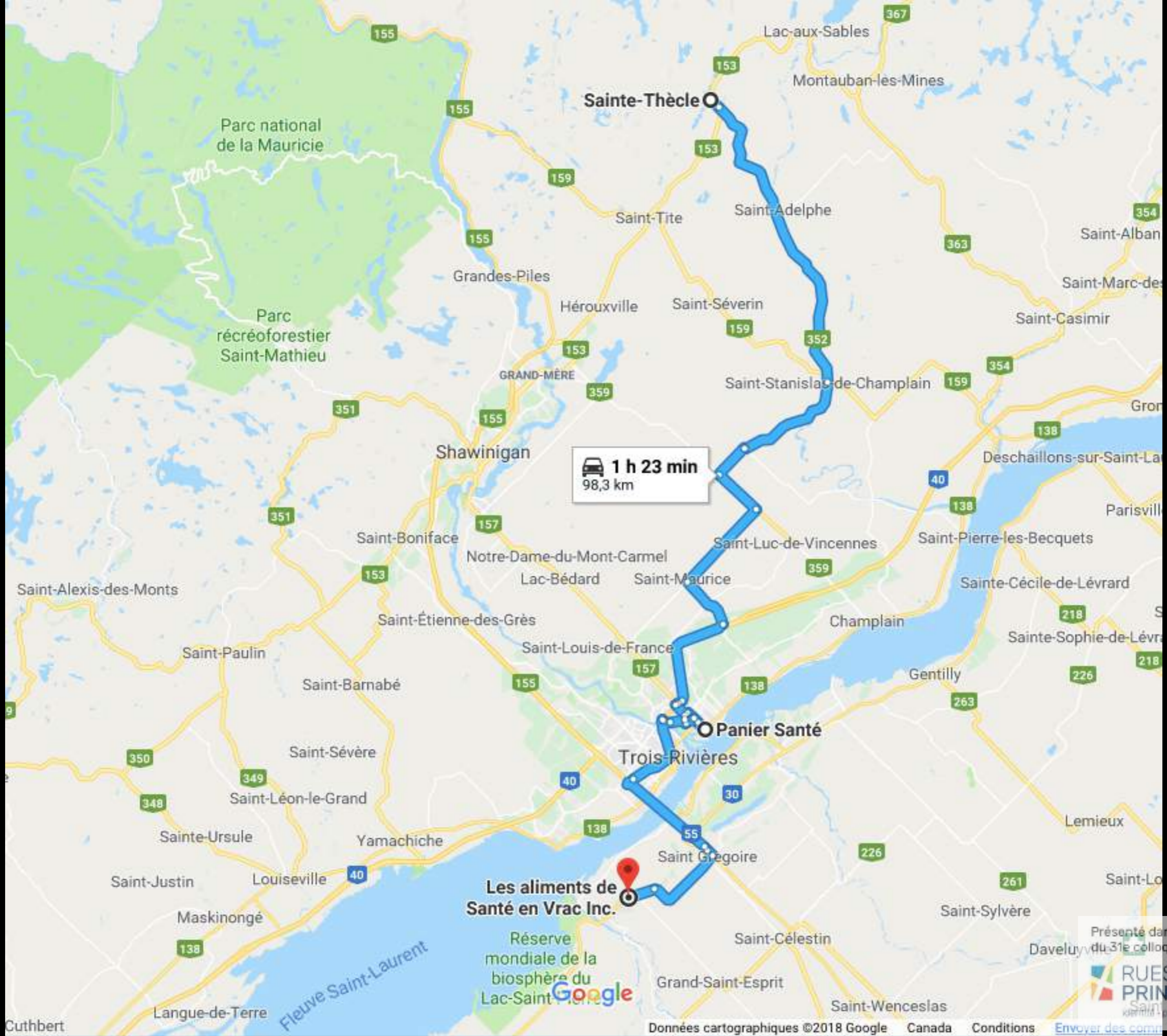




Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
Identité • proximité • prospérité





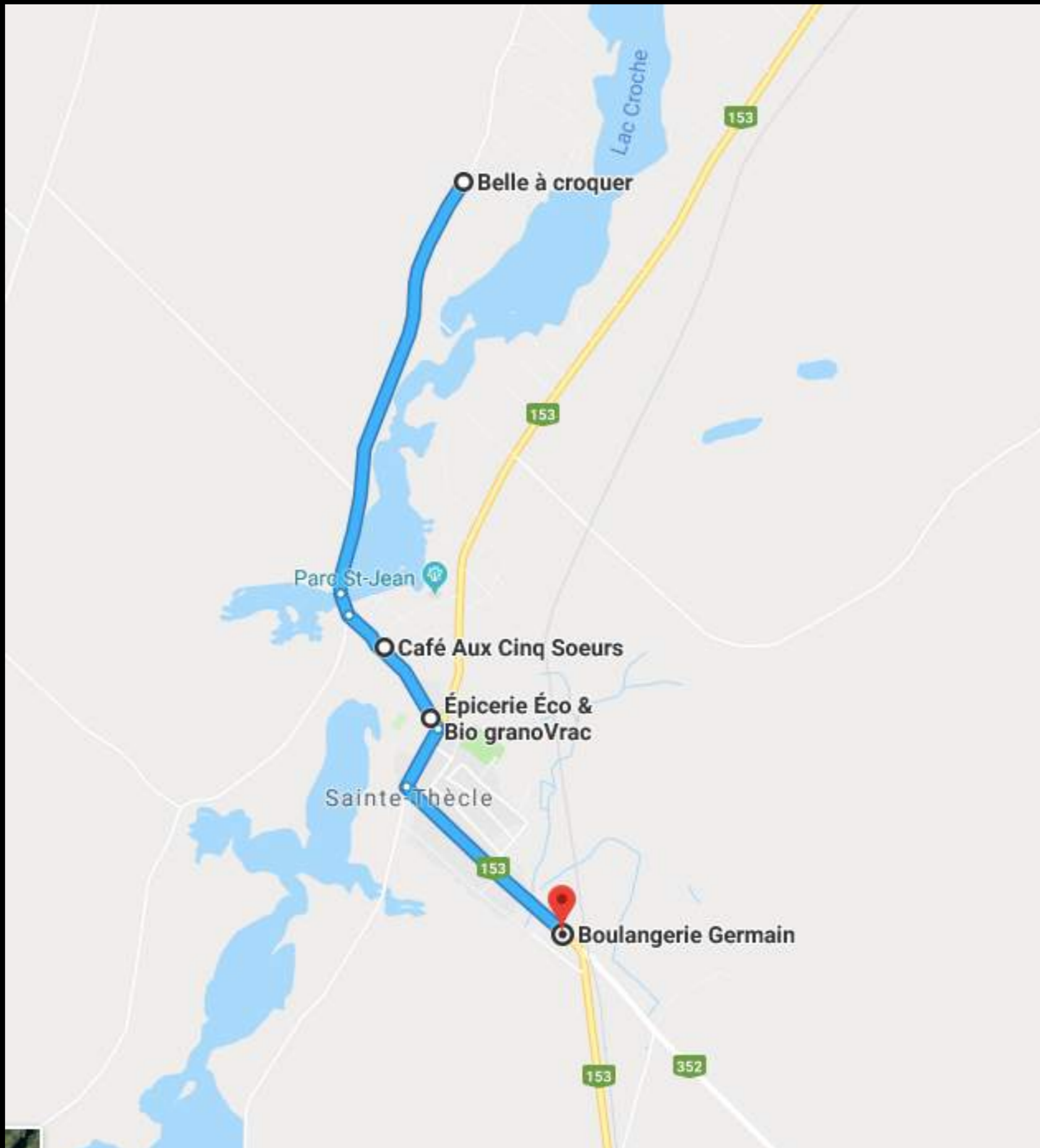
 **1 h 23 min**
98,3 km

Les aliments de Santé en Vrac Inc.

Google
Réserve mondiale de la biosphère du Lac-Saint-Louis

Présenté dans le cadre du 31^e colloque de

RUES PRINCIPALES
Saint-Jovite
qualité - proximité - prospérité



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de



[Accueil](#) |

[Épicerie en ligne](#) |

[Menu](#) |

[Blog](#) |

[Nous contacter](#) |

[À propos de nous](#) |



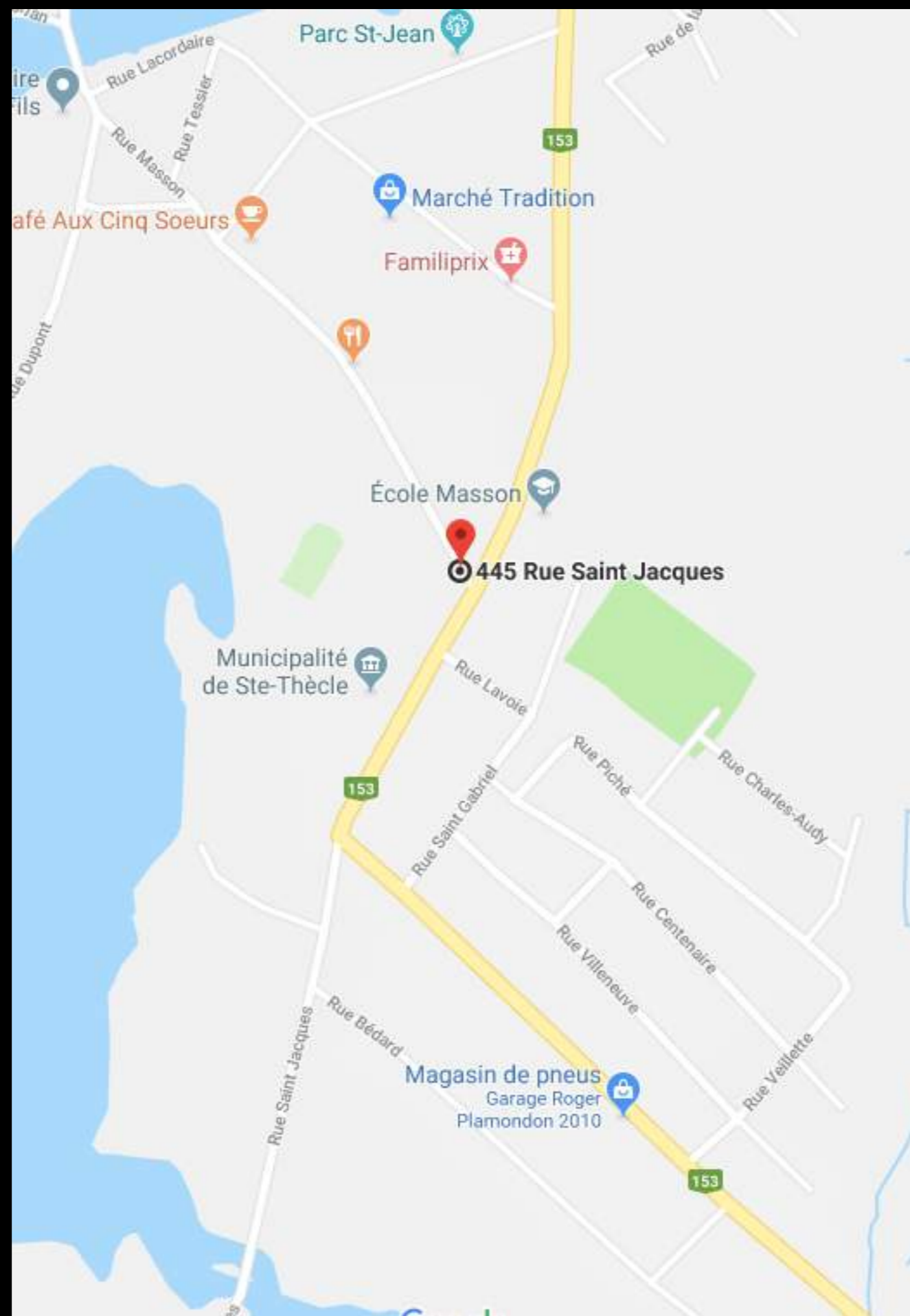
Partagez :)



Une épicerie en vrac & zéro-déchet

[À PROPOS DE NOUS](#)

[DÉCOUVREZ NOTRE MENU](#)



100


HEURES D'OUVERTURE

Lundi: Fermé
Mardi: 9h30 - 17h30
Mercredi: 9h30 - 17h30
Jeudi: 9h30 - 20h00
Vendredi: 9h30 - 20h00
Samedi: 10h00 - 17h00
Dimanche: Fermé

épicerie ÉCO & BIO



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 RUES
PRINCIPALES

Identité • proximité • prospérité

W. BARIL




100



Légumes
Frais
Bon
congé




Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
Identité • proximité • prospérité



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
identité • proximité • prospérité



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
identité • proximité • prospérité



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
identité • proximité • prospérité




Présenté dans le cadre
du 31e colloque de







Présenté dans le cadre
du 31^e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
Identité • proximité • prospérité



Présenté dans le cadre
du 31^e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
Identité • proximité • prospérité

INSCRIPTION EN COURS!

Tous les
mardis
18h à 20h30
à compter
du
2 octobre
2018.

(possibilité de
s'inscrire à 1 cours ou
à plusieurs cours)



LIEU: ÉPICERIE
GRANO-VRAC ET DÉLICES.
100 RUE MASSON
SAINTE-THÉCLE

Coût:

1 à 2 cours: 48\$ ch.

3 à 6 cours: 45\$ ch.

7 à 11 cours: 42\$ ch.

(Le coût inclut 4 portions de:
collation, entrée, repas et dessert,
merci d'apporter vos contenants
pour transporter le tout)

INSCRIPTION VIA FACEBOOK
COURRIEL

(grano-frac@hotmail.com) ou
TÉLÉPHONE (418-289-2922)

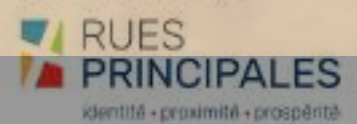
- Cours 1: Introduction à la cuisine végé
- Cours 2: À la découverte des légumineuses
- Cours 3: Le soya sous toutes ses formes
- Cours 4: Collations santé
- Cours 5: Halloween végé et sans sucre, c'est possible?
- Cours 6: Intégrer les noix à nos repas
- Cours 7: Boîte à lunch réinventé
- Cours 8: Les lentilles tout en couleur
- Cours 9: Desserts santé et végé, toujours appréciés.
- Cours 10: On joue à la cachette?
- Cours 11: Noël végé et zéro déchet :) Intégrer les noix à nos repas

Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 RUES
PRINCIPALES
Identité • proximité • prospérité




Présenté dans le cadre
du 31e colloque de





Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
identité • proximité • prospérité



Présenté dans le cadre
du 31e colloque de

 **RUES
PRINCIPALES**
Identité • proximité • prospérité