

Prix jeton-repas
6,75 \$

Comprend :
- le plat principal
- lait **OU**
jus pur à 100 %
OU soupe
- le dessert

Prix à la carte :
Assiette du jour : 4,55 \$
Soupe du jour : 1,50 \$



(PVT) = **Protéines végétales texturées (contient du soya)**

Repas à base de poisson
ou de fruits de mer =

Les aliments suivants
sont offerts tous les jours :
soupe, sandwiches, fruits,
cruautés et desserts variés.

01 sept.
29 sept.
27 oct.
24 nov.
05 janv.
02 févr.
02 mars
30 mars
27 avril
25 mai

08 sept.
06 oct.
03 nov.
01 déc.
12 janv.
09 févr.
09 mars
06 avril
04 mai
01 juin

15 sept.
13 oct.
10 nov.
08 déc.
19 janv.
16 févr.
16 mars
13 avril
11 mai
08 juin

22 sept.
20 oct.
17 nov.
15 déc.
26 janv.
23 févr.
23 mars
20 avril
18 mai
15 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Soupe aux légumes et riz Boulettes de bœuf Shanghai Purée de pommes de terre Macaroni au fromage et à la PVT Légumes à la florentine Salade du chef	Soupe au chou Poulet parmigiana *Tofu Tao¹ (A. Bilodeau, sec. 1) Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César	Crème de légumes verts Burger de bœuf du Sud-Ouest Pommes de terre rôties Poisson-bruschetta Riz à l'ail et origan Brocoli au beurre Salade grecque	Potage cultivateur Pilons de poulet croustillant en croûte d'épices Pommes de terre rôties Wrap aux patates douces et haricots noirs Légumes mexicains Salade de chou	Crème de brocoli Assiette grecque (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita) *Sandwich Banh-mi¹ (contient du soya) (M.-È. Gonthier, enseignante) Carottes persillées Salade jardinière
Crème de champignons Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond *Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz Pois verts	Soupe à l'oignon Lasagne Salade César Poisson à la florentine Riz aux herbes Légumes de style californien	Soupe minestrone Poulet teriyaki Couscous Pita de falafels maison Fleurettes de brocoli Salade d'épinards	Crème de légumes Burrito à la viande Casserole de thon Riz basmati Légumes San Francisco	Crème de chou-fleur Pizza au poulet barbecue Étagé de légumes grillés et ricotta¹ (W. Hudon, sec. 2) Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun
Soupe aux lentilles et légumes Cuisse de poulet à la portugaise Orge pilaf Dahl à l'indienne Demi-pain naan Jardinière de légumes	Crème de courge Lanières de porc aigre-doux Quinoa Filet de poisson en croûte d'herbes Riz citronné Carottes au cumin	Soupe aux légumes Pita à l'italienne Quiche individuelle au brocoli et fromage Salade du marché	Crème de carottes Poulet au beurre *Cari de pois chiches Riz vapeur Duo de haricots Salade de carottes crémeuse	Soupe à l'orientale Macaroni chinois au bœuf et à la PVT Wrap au chili végétarien¹ (V. Fournier, enseignante) Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes
Crème de tomates au basilic Manicottis au fromage et sauce tomate Bol végé tex-mex (PVT) Riz Légumes racines grillés Salade du marché	Crème de courgettes Burger de dinde cajun *Quinoa aux pois chiches et légumes¹ (C. Binet, sec. 1) Jardinière de légumes Salade de chou	Crème de légumes Spaghetti, sauce à la PVT Salade César MENU DÉCOUVERTE	Soupe de céleri et brocoli Casserole de bœuf épicé et pommes de terre en dés *Gratin jardinière Mélange fusion Salade méditerranéenne	Soupe paysanne Poulet à la cacciatore Tacos de poisson (2) Riz pilaf Pois et carottes Salade de maïs et poivrons



***Plats inscrits au programme Aliments du Québec au menu.** / Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications (les plats/produits identifiés pourront être modifiés selon les disponibilités d'approvisionnement lors de la confection des recettes.) selon la disponibilité des produits et de la saison.

****Plats faisant partie de notre offre végétarienne.**



¹ Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab22.