Commission scolaire de la Seigneurie-des-Mille-Îles

# École Terre des jeunes

## Les mets gourmets

## Menu 2018-2019

## Liste de prix

| | | | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **SOUPE** | | Soupe du jour | Soupe du jour | Soupe du jour | Soupe du jour | Soupe du jour |
| | **REPAS FROIDS** **Disponibles en tout temps** | | # 1 ♥ Coquille à César<br>Salade César au poulet<br>Crudités et trempette | # 2 ♥ Wrap<br>salade de poulet, aux œufs, thon ou jambon<br>Crudités et trempette | # 3 ♥ Salade de pâtes<br>Poulet, thon ou jambon, légumes | # 4 ♥ Sandwich<br>Salade de poulet, aux œufs, thon ou jambon<br>Crudités et trempette | # 5 ♥ Salade du chef<br>Oeuf et légumes (au thon, poulet ou jambon) |
| | **REPAS CHAUD** | | | | | | |
| **Semaine du :** | 5 nov.<br>10 déc. | 28 janv.<br>11 mars<br>15 avril<br>20 mai | Porc sauce style « côtes levées »<br>Riz<br>Légumes du jour | Hamburger steak<br>PDT en purée<br>Maïs en grains | Poitrine de poulet BBQ<br>PDT grecques<br>Salade de chou | ◊ ♥ Pâtes<br>sauce primavera<br>Salade garnie | Pizza<br>Salade César |
| | 12 nov.<br>17 déc. | 4 fév.<br>18 mars<br>22 avril<br>27 mai | Filet de sole, sauce tartare<br>Couscous aux légumes | ♥ « Hot-chicken »<br>PDT en purée<br>Pois verts | * Assiette ensoleillée (bœuf et haricots rouges)<br>Nachos/laitue/fromage/ sauce salsa | ♥ Macaroni sauce à la viande<br>Salade italienne | Burger au bœuf<br>Salade César |
| | 19 nov.<br>7 janv. | 11 fév.<br>25 mars<br>29 avril<br>3 juin | ♥ Croque-monsieur sur bagel (jambon/fromage)<br>Crudités et trempette | * Pâté chinois (PDT et patates douces)<br>Concombre | ♥ Fajita au poulet (laitue, tomate, fromage)<br>salsa douce<br>* Salade mexicaine | ♥ Pizza-ghetti<br>Salade César | Croquettes de poulet multigrains (5-6)<br>Riz pilaf<br>Légumes du jour |
| | **22 oct.**<br>26 nov.<br>14 janv. | 18 fév.<br>1 avril<br>6 mai<br>10 juin | Bâtonnets de poisson croustillants, sauce tartare<br>Riz assaisonné<br>Salade mesclun | ♥Pains gumbos (2)<br>Crudités et trempette | Saucisses de veau (3)<br>PDT<br>Haricots et carottes | ♥ Fusillis<br>sauce à la viande<br>Salade du chef | Pizza aux deux fromages<br>Crudités |
| | 29 oct.<br>3 déc.<br>21 janv. | 25 fév.<br>8 avril<br>13 mai<br>17 juin | ♥ Sous-marin steak-fromage garni<br>Crudités | Poulet parmesan<br>◊♥ Pâtes sauce rosée et brocoli | Pâté chinois<br>Betteraves | ♥ Spaghetti sauce aux boulettes de viande<br>Salade César | Burger de poulet<br>Salade du chef |
| | **DESSERT** | | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour |

**Repas complet :**

3 articles

Mets principal chaud ou froid et deux articles suivant : (soupe **ou** jus de légumes, boisson, dessert) — 6,00 $

4 articles — 6,50 $

Mets principal chaud ou froid, la soupe **ou** le jus de légumes, une boisson et un dessert.

**Mets principal :**

Chaud ou froid — 4,75 $

**Sandwichs :**

- Oeufs ou fromage — 3.00 $
- Jambon, poulet ou thon — 3,00 $
- Wrap (jambon, poulet ou thon) — 3,25 $
- Salade garnie ou César 250 mL — 2,00 $
- Salade de légumineuses ou de couscous aux légumes — 1,50 $
- Crudités et trempette — 2,25 $

**Compléments :**

- Soupe 200 ml et craquelins — 1,25 $
- Jus de tomate ou V8 (200 mL) — 1,25 $
- Jus de fruits, 100% pur (200 mL) — 1,25 $
- Lait 2% (200 mL) — 1,25 $
- Boisson de soya enrichie (200 mL) — 1,75 $
- Biscuit à l'avoine — 1,25 $
- Muffins variés — 1,25 $
- Fruit frais ou salade de fruits — 1,25 $
- Pouding au lait — 1,25 $
- Dessert du jour — 1,25 $
- Yogourt (125 mL) — 1,25 $
- Yogourt en tube — 1,25 $
- Yogourt à boire — 1,75 $
- Bâtonnet de fromage — 1,25 $
- Petite assiette de fruits/fromage — 2,00 $

Responsable : Julie Beaulieu juliebeaulieu@hotmail.com / 514 688-2345

**Début du service : lundi, 22 octobre** (menu de la semaine 3)

Mise à jour : 5 octobre 2018

**Bon appétit!**

* Contient des légumineuses
♥ Pain ou pâtes de blé ou à grains entiers
◊ Contient des protéines de soya