

ECOLE TERRE DES JEUNES

Menu 2017-2018



LISTE DE PRIX

			Lundi sans viande	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
SOUPE			Soupe à mamie (tomates et étoiles)	Minestrone	Potage du chef	Poulet et riz	Crème de poulet
 REPAS FROID			♥ Coquille en folie Salade César au poulet et fromage	<u>Trio de l'explorateur</u> *Tartinade au tofu, cubes de fromage ♥ Pointes de pita Salade couscous/légumes	<u>Buffet froid</u> ♥demi-sandwich au choix, pointe de fromage, raisins Crudités/trempepette	♥ Pain panini à la salade de poulet crudités/trempepette	Salade « Némé » (♥pâtes, thon et légumes)
REPAS CHAUD							
Semaine du	28 août 2 oct. 6 nov. 11 déc.	29 janv. 12 mars 16 avril 21 mai	Poisson croustillant (♥chapelure) Riz persillé Jardinière de légumes	♥ Fajitas au poulet salsa douce Salade printanière	♥ Pain de viande (bœuf) Purée de DDT Haricots/carottes	♥ Spaghetti Italien sauce à la viande (bœuf et tofu) Salade du chef	♥ Pizza aux trois fromages Crudités et trempepette
	4 sept. 9 oct. 13 nov. 18 déc.	5 fév. 19 mars 23 avril 28 mai	* Penne à la gigi ♦ sauce tomate/rosée Salade du chef	♥Sous-marin à dinde et fromage Crudités/trempepette	Hamburger steak Purée de PDT Petits pois et carottes	♥ Macaroni sauce à la viande Salade verte	♥ Burger au poulet grillé sauce tsaatziki Salade de chou 2 couleurs
	11 sept. 16 oct. 20 nov. 8 janv.	12 fév. 26 mars 30 avril 4 juin	* Poisson du capitaine sauce pirate (tartare) Pommes de terre grecques Macédoine	♥Croque-monsieur jambon/fromage Salade du chef	* Pâté chinois Betteraves marinées	♥ Penne sauce à la viande Salade du chef	♥ Burger au bœuf Salade du chef
	18 sept. 23 oct. 27 nov. 15 janv.	19 fév. 2 avril 7 mai 11 juin	♦ Tortellini sauce rosée soyeuse Brocolis	Saucisses de poulet (3) Purée de PDT Jardinière de légumes	Boulettes aigres-douces Purée de pommes de terre Petits légumes racines	♦ Lasagne « Popeye » Salade César	♥ Pizza pita grecque (sauce spaghetti) Crudités
	25 sept. 30 oct. 4 déc. 22 janv.	26 fév. 9 avril 14 mai 18 juin	♥Pain kaiser au fromage et sauce tomate Salade grecque	♥ « Hot-chicken » Petits pois	Jambon à l'érable PDT rissoles Légumes du marché	Croquettes de poulet (4-5 multigrains) Riz pilaf et quinoa Macédoine	Assiette soleil (nachos, bœuf, fromage, salsa douce) Maïs
	DESSERT		Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert jour

Nathalie Lanoville, responsable, 514 232-8183

Mise à jour 9 mai 2017

Bon appétit!

Repas complet :	
3 articles	
Plat principal chaud ou froid et deux articles suivants : (soupe, boisson ou dessert)	5,75 \$
4 articles	6,25 \$
Plat principal chaud ou froid, la soupe, le choix d'une boisson et d'un dessert.	
Plat principal :	
•Chaud ou froid	4,50 \$
Sandwichs :	
•Oeufs, fromage	2,75 \$
•Jambon, poulet,thon	3,00 \$
• Wrap (jambon, poulet, thon)	3,50 \$
•Salade garnie ou César (250 ml)	1,75 \$
•Crudités et trempepette	2,00 \$
•Demi-sandwich varié Crudités/trempepette	3,00 \$
Compléments :	
•Soupe et craquelins 200 ml	1,00 \$
•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 \$
•Eau embouteillée	1,25 \$
•Biscuit à l'avoine	1,00 \$
•Muffins variés	1,00 \$
•Fruit frais	1,25 \$
•Raisins (70 g) et fromage (30 g)	2,00 \$
•Salade de fruits ou fruit coupé	1,25 \$
•Pouding au lait (150 ml)	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 \$

* contient des fibres ou des légumineuses
♥ pain ou pâtes de blé ou à grains entiers
♦ contient des protéines de soya