

École secondaire Jean-Jacques-Rousseau

Menu 2020-2021



Comptoir à sandwich garni et salades offerts tous les jours

Soupe du jour

Repas chaud choix # 1

Tous les lundis	Tous les mardis	Tous les mercredis	Tous les jeudis	Tous les vendredis
♥ Pizza 3 fromages, sauce marinara	♥ Pâte du jour, sauce à la viande	♥ « Poke bowl » Au comptoir à sandwich	♥ Sandwich chaud du jour Salade ou légumes du jour	♥ Nachos au poulet et fromage ou boeuf et fromag garnis

Repas chaud choix # 2

24-août 05-oct 16-nov	04-janv 15-févr 05-avr 17-mai	♥ Pépites de poisson pop corn, (maison), mayonnaise épicée Riz à la mexicaine Macédoine	♥ Sauté de poulet ou tofu, sauce général tao Bol croustillant Légumes orientaux	Filet porc côte levée Riz multigrains aux légumes Salade mixte et pomme	Lasagne, sauce tomate, tofu et fromage ou lasagne sauce à la viande Salade jardinière	Burger de bœuf et fromage Chiffonnade de chou Salade, crudités et trempette
31-août 12-oct 23-nov	11-janv 22-févr 12-avr 24-mai	♥ Galette croustillante parmigiana, (tofu, pois chiches et edamames) Fettucini à l'ail Carotte et maïs	Boulettes sauce aigre-douce Riz assaisonné Légumes plein goût	Poitrine de poulet BBQ Purée de pommes de terre Pois et carottes	♥ Spaghetti, sauce à la viande et tofu Salade italienne	Tacos (2), haricots rouges, soya et fromage Salsa et salade
07-sept 19-oct 30-nov	18-janv 08-mars 19-avr 31-mai	Filet de sole Riz basmati aux fines herbes Légumes du chef	Poulet shish taouk Couscous aux légumes Légumes soleil levant	Galettes de bœuf (3), sauce brune Purée de pommes de terre Brocolis et compagnie	♥ Fusilli, sauce à la viande et tofu Salade César	♥ Croquettes de poulet, multigrains et sauce au choix Salade de pâtes, crudités
14-sept 26-oct 07-déc	25-janv 15-mars 26-avr 07-juin	Crêpes au dîner Crêpes (3), sirop, fromage avec ou sans jambon Salade de fruits	♥ Chili croque en bol, (haricots rouges et soya) Légumes mexicains	Pâté chinois, (bœuf et lentilles) Marinades de chez nous	Lasagne, sauce tomate, tofu et fromage ou lasagne sauce à la viande Salade grecque	Burger poulet grillé et fromage Chiffonnade de chou Salade, crudités et trempette
21-sept 02-nov 14-déc	01-févr 22-mars 03-mai 14-juin	Filet sole à l'italienne gratiné Riz assaisonné Légumes italiens	Poulet au beurre Couscous masala Légumes saveur de l'Inde	Jambon à l'érable Pommes de terre au four Haricots verts et carottes	♥ Spaghetti, sauce à la viande et tofu Salade ranch	Pizza «meat balls», bœuf et fromage ou pizza végété Salade ou crudités
28-sept 09-nov 21-déc	08-févr 29-mars 10-mai 21-juin	♥ Tortellini au fromage, sauce rosée au tofu soyeux Légumes italiens	♥ Boulettes suédoise, (porc et bœuf) Riz multigrains, légumes racine	Saucisses de poulet (4) Purée de pommes de terre Macédoine	♥ Penne, sauce à la viande et tofu Salade César	Le choix du chef, avec accompagnement

Modes de paiement

Aucun crédit accordé



. Argent comptant

. Interac

Carte repas offerte pour repas chaud 3 articles
et repas froid « DUO » sandwich garni et articles
20 repas = 125 \$

♥ Pain ou pâte de blé entier

28 mai 2020

Liste de prix

Plat principal chaud 5 articles	7,25 \$
(soupe, boisson, dessert et pain)	
Plat principal 4 articles	7,00 \$
(soupe, boisson et dessert)	
Plat principal 3 articles	6,50 \$
Choix de 2 articles (soupe, boisson et dessert)	
Plat principale chaud	5,25 \$
Comptoir à sandwichs et salades	5,50 \$
« TRIO » sandwich garni et 2 articles	7,00 \$
« DUO » sandwich garni et 1 article	6,25 \$
« SOLO » sandwich garni	5,50 \$
Produits complémentaires	
Sandwich au fromage ou aux oeufs	3,25 \$
Sandwich, jambon, poulet ou thon	3,25 \$
Sandwich wrap, panini ou ciabatta	4,00 \$
Soupe et biscuits soda (250 mL)	1,75 \$
Pain de blé ind.	0,60 \$
Jus de fruit ou légumes (200 mL)	1,50 \$
Jus de fruits (300 mL)	2,00 \$
Lait 2 % (200 mL)	1,50 \$
Lait choco ou fraise (200 mL)	1,50 \$
Lait chocolat ou fraise (473 mL)	2,50 \$
Eau cont. tétrapack (200 mL)	1,50 \$
Eau Dasani ou Bubly	1,75 \$
Biscuit à l'avoine	1,00 \$
Muffin	1,50 \$
Pouding au lait	1,50 \$
Dessert cuisiné	1,50 \$
Brioche à la cannelle	1,50 \$
Salade de fruits (175 mL)	1,50 \$
Fruits et fromage	2,25 \$
Assiette de fruits	1,75 \$
Yogourt (95 g à 125 g)	1,50 \$
Yogourt fruits et céréales (200 mL)	1,75 \$
Boisson de soya (200 mL)	1,75 \$
Biscuits Dad's	1,00 \$
Biscuit soda (2)	0,35 \$
Yogourt glacé, crème glacée	1,50 \$

Plusieurs autres produits disponibles à la cafétéria



France Mayer et Carole
Jardin culinaire