



Menu 2021-2022

**Liste de prix 2021-2022**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | Vendredi |  | **Repas complet :**  3 articles 6,50 $  Plat principal chaud ou froid  boisson et dessert  **Compléments :**  ● Jus de tomate ou V8 (200 mL) 1,50 $  ● Jus de fruits, 100% pur (200 mL) 1,50 $  ● Eau « contenant tétrapack » (200 mL) 1,50 $  ● Lait 2 % (200 mL) 1,50 $  ● Biscuit à l’avoine 1,50 $  ● Muffins variés 1,50 $  ● Fruit frais entier ou coupé 1,50 $  ● Raisins (70 g) et fromage (30 g) 2,25 $  ● Salade de fruits 1,50 $  ● Pouding au lait (175 mL) 1,50 $  ● Dessert du jour 1,50 $  ● Bâtonnet de fromage 1,50 $  ● Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube 1,50 $  ● Ensemble de trois ustensiles réutilisables 3,00 $ |
|  | **REPAS FROID** | | Salade du chef  au jambon sur  lit de laitue et de légumes  avec œuf cuit dur | Assiette de pita  et houmous  Crudités | ♥ Sandwich  Salade aux œufs,  Crudités et trempette | Salade César au poulet  Pain naan | Assiette de pita  et houmous  Crudités |
|  | REPAS CHAUDS | |  |  |  |  |  |
| Semaine du : | Semaine 1 | | Filet de sole  ♥ Couscous aux fines herbes  Jardinière de légumes | Galette de bœuf  Sauce brune  Pommes de terre en purée  Maïs en grains | ♥ Croque-jambon  Salade d’orzo et de légumes | ♥ Macaroni  (contient des protéines de soya)  Légumes du jour | Croquettes de poulet (5)  (multigrains)  Riz pilaf  Macédoine |
| 23 août  27 sept.  1 nov.  6 déc. | 17 janv.  21 févr.  4 avril  9 mai  13 juin |
| Semaine 2 | | Poulet parmesan  Nouilles aux œufs et fines herbes  Récolte du jour | Tortellinis au fromage  sauce rosée au  tofu soyeux  Brocoli | Pâté chinois  Concombres | ♥ Spaghetti  Salade César | Burger de bœuf  Salade méditerranéenne  (laitue, tomate, concombre, olives) |
| 30 août  4 oct.  8 nov.  13 déc. | 24 janv.  7 mars  11 avril  16 mai  20 juin |
| Semaine 3 | | Souvlaki de porc  Riz persillé  Salade concombres tomates | ♥ Fajita au poulet  (laitue, tomate, fromage, salsa) | Saucisses de veau (3)  Purée aux deux  pommes de terre  Haricots verts | ♥ Fusillis  sauce à la viande  Salade d’épinards | Pizza au fromage  Salade mesclun  Vinaigrette balsamique |
| 6 sept.  11 oct.  15 nov.  20 déc. | 31 janv.  14 mars  18 avril  23 mai |
| Semaine 4 | | Bouchées de poisson  croustillantes  Riz  Crudités variées | Poulet Barbecue  Sauce Barbecue  Pommes de terre grecque  Salade de chou | ♥ Macaroni gratiné  Salade colorée | Brunch  Jambon à l’érable  Pommes de terre rissolées  Petite crêpe, fruits | Burger au poulet  Salade jardinière |
| 13 sept.  18 oct.  22 nov.  3 janv. | 7 févr.  21 mars  25 avril  30 mai |
| Semaine 5 | | Boulettes de viande (bœuf)  Pommes de terre en purée  Légumes à l’orientale | Sandwich au poulet chaud  Sauce brune  Pommes de terre en purée  Petits pois | Assiette mexicaine  (haricots rouges, bœuf, croustilles de maïs  laitue, olives, tomates,  fromage et salsa) | ♥ Spaghetti  Salade César | Pizza au fromage  sur pain pita grec  Salade de légumes |
| 20 sept.  25 oct.  29 nov.  10 janv. | 14 févr.  28 mars  2 mai  6 juin |
|  | **DESSERT**  **Assiette de fruits disponible tous les jours** | | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour |

♥ aliments de blé entier ou à grains entiers

Responsable : Laurence Loyer

[**info@lamarmiteasaveurs.com**](mailto:lamarmiteasaveurs@hotmail.com)

**Par souci de l’environnement durable, nous encourageons les parents à fournir des ustensiles réutilisables à leurs enfants, même s’ils utilisent le service de la cantine. Merci !**

Mise à jour : 26 mai 2021 **Bon appétit !**