

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
SOUPE		Aux légumes	Légumes et riz	Poulet, légumes et nouilles	Tomates et vermicelle	Soupe à grand-maman
REPAS FROID		♥ Wrap au poulet César et fromage Crudités et trempette rosée au yogourt	Salade « Némé » ♥ (pâtes, thon et légumes)	Salade César au poulet dans ♥ coquille <u>ou</u> avec petit pain	<u>Mini buffet</u> 1 petit pain farci aux œufs et 1 au poulet Salade (quinoa, riz, lentilles) Crudités	
REPAS CHAUD		Filet de poisson, sauce pirate (tartare) Riz avec quinoa et lentilles Macédoine	♥ Tortilla au soya et légumineuses (salsa douce, guacamole) Salade du chef	Hamburger au bœuf Salade de chou et tomate	Souvlaki de porc, sauce aux pommes Couscous Légumes grillés	« Scoo-be-doo », sauce rosée au tofu soyeux Brocolis
27 août 28 sept. 2 nov. 7 déc.	18 janv. 22 févr. 5 avril 10 mai 14 juin					
31 août 5 octobre 9 nov. 14 déc.	25 janv. 8 mars 12 avril 17 mai	Lasagne sauce à la viande Salade César	♥ Fajita au poulet, salsa douce et salade	♥ Pâté chinois réinventé Betteraves marinées	Lanières de poitrine de poulet (chapelure maison) Riz aux herbes et légumes	♥ Macaroni aux 3 fromages Salade du jour
7 sept. 12 octobre 16 nov. 21 déc.	1 ^{er} févr. 15 mars 19 avril 24 mai	♥ Pita à l'italienne (sauce à spaghetti) Crudités et trempette	Hamburger steak Purée de pomme de terre Petits pois	Poisson croustillant Riz savoureux aux tomates Carottes	Hamburger au poulet grillé Salade jardinière	♥ Rigatoni gratiné, sauce primavera Salade César
14 sept. 19 oct. 23 nov. 4 janv.	8 févr. 22 mars 26 avril 31 mai	Brochette de poulet (sauce chinoise) Vermicelles de riz Légumes orientaux	Boulettes aigres-douces (bœuf) Nouilles assaisonnées Maïs	Jambon à l'érable Pommes de terre Légumes	♥ Macaroni au bœuf Légumes sautés	♥ Pizza aux 2 fromages Crudités
21 sept. 26 oct. 30 nov. 11 janv.	15 févr. 29 mars 3 mai 7 juin 21 juin	Chili con carne (bœuf et haricots rouges) ♥ Pointes de pita maison Salsa douce et maïs mexicain	Tortellini sauce rosée au tofu soyeux Rondelles de concombre	Poulet et cubes de tofu Général Tao Riz assaisonné Légumes du marché grillés	♥ Pizza au jambon Crudités et trempette	♥ Spaghetti italien (½ multigrains) Salade César
DESSERT Assiette de fruits offerts tous les jours		Mousse au yogourt	Assiette fruits et fromage	Croustillant aux fruits	Orange et cerise	Salade de fruits frais

Semaine du :

Repas complet :	
2 articles	5,75 \$
3 articles	6,00 \$
L'assiette principale chaude <u>ou</u> froide et deux articles suivants (soupe, boisson ou dessert)	
4 articles	6,50 \$
L'assiette principale chaude <u>ou</u> froide, la soupe, le choix d'une boisson et d'un dessert	
Plat principal :	
Chaud ou froid	5,25 \$
Sandwichs :	
(Poulet, fromage, œufs, jambon)	3,25 \$
Wrap, pita ou ciabatta 9 grains	3,50 \$
Compléments :	
. Soupe	1,25 \$
. Soupe avec biscuits soda	1,50 \$
. Jus de tomate <u>ou</u> V8 (156 mL)	1,00 \$
. Jus de fruits 100 % pur (200 mL)	1,00 \$
. Lait 2 %	1,00 \$
. Muffin (avoine, banane ...)	1,50 \$
. Biscuit à l'avoine	1,50 \$
. Fruits frais	1,00 \$
. Salade de fruits	1,00 \$
. Pouding au lait	1,00 \$
. Dessert du jour	1,00 \$
. Yogourt (125 mL)	1,00 \$
. Yogourt tube	1,00 \$
. Crudités et trempette	2,25 \$
. Bâtonnet de fromage	1,00 \$
. Boisson de soya (200 mL)	1,50 \$
. Eau embouteillée (disponible au mois de septembre et juin seulement)	1,00 \$
♥ Aliments de blé entier ou à grains entiers	

Responsable : Lise Fortin
Mise à jour 27 mai 2020

****COUPONS (3 ARTICLES) DISPONIBLES****
60\$ pour 10 coupons



La cafétéria n'est pas ouverte lors des arrêts pédagogiques ainsi que les demi-journées (mercredi) Veuillez prévoir un lunch pour ces journées-là.