



Liste de prix

PLAT DU CHEF

Repas complet – 3 articles.....	8,75 \$
Comprend : plat principal chaud ou froid et deux articles parmi les suivants : soupe (225 ml) ou jus de légumes, boisson (voir liste ci-dessous), dessert (voir liste ci-dessous).	
Repas complet – 4 articles.....	9,25 \$
Comprend: soupe (225 ml) ou jus de légumes ou de tomate (200 ml), plat principal chaud ou froid, boisson (voir liste ci-dessous), dessert (voir liste ci-dessous).	
Plat principal chaud (1 au choix) incluant : protéines, légumes et aliments à grains entiers)	7,25 \$
Assiette froide ou salade-repas ou poke bol	7,75 \$
Comptoir à sandwich chaud garni :	
sandwich seulement	6,75 \$
en duo	7,75 \$
en trio	8,50 \$

Choix de 1 boisson parmi les suivantes :

Lait 2% (200 ml) / Jus de fruits 100% pur (200 ml) / Eau embouteillée (500 ml)

Choix de 1 dessert parmi les suivants :

Biscuit à la farine d'avoine / Muffin / Pouding au lait / Salade de fruits / Fruit
frais entier ou coupé / Dessert du jour

Taxes provinciale et fédérale incluses dans les prix des produits taxables

CSS DE LA SEIGNEURIE DES MILLES ÎLES - 3289

SANDWICH

Petit pain (1) à grains entiers farci et crudités	3,25 \$
Sandwich au fromage (40 g) ou aux œufs (60 g)	4,00 \$
Sandwich ou roulé (18 cm) au jambon, à la dinde ou au thon	4,00 \$
Demi-sandwich avec crudités et trempette	4,00 \$
Sandwich sur pain pita, roulé (25 cm), ciabatta, panini ou sous-marin	4,50 \$
Sandwich roulé (18cm) salade César avec lanières de poulet et fromage	4,75 \$

À LA CARTE

Soupe du jour et craquelins :

225 ml	2,50 \$
Salade de chou, de macaronis, de légumineuses ou autres	2,50 \$
Salade verte ou César (250 ml ou 75 g)	3,25 \$
Crudités (95 g) avec trempette	3,25 \$
Crudités (95 g), avec trempette et fromage (30 g)	3,75 \$
Pizza froide avec salade ou crudités et trempette	4,00 \$
Petit pain (1) à grains entiers farci et crudités	3,25 \$
Pain tranché (2 tranches) de blé entier avec margarine non hydrogénée	2,25 \$
Craquelins (2)	0,40 \$
Fromage <i>P'tit Québec, Ficello</i> (20 g) ou en portion maison (30 g)	1,75 \$
Fromage en cubes ou en grains (60 g)	2,75 \$
Mayonnaise / Vinaigrette (30 g)	0,40 \$
Assiette / Bol (mono usage biodégradable)	0,60 \$
Ustensile bio-dégradable	0,60 \$
Condiments en sachet (10 g)	0,40 \$

BOISSON

Lait 2 % :

200 ml 2,25 \$

473 ml 2,50 \$

Lait au chocolat 1% (200 ml) 2,50 \$

Lait au chocolat ou aux fraises (473 ml) 3,50 \$

Jus de fruits :

200 ml ou eau *Tretapak* (200 ml) 2,25 \$

300 ml 2,50 \$

Jus de fruits pétillant *Switch* sans édulcorant et sans sucre ajouté (237 ml) 2,75 \$

Jus de légumes ou de tomate (156 ml) 2,00 \$

Jus de légumes (200 ml) 2,00 \$

Cocktail de 10 légumes *Oasis* (300 ml) 2,25 \$

Cocktail de légumes *V8* (354 ml) 2,75 \$

Eau embouteillée (500 ml ou 591 ml) 2,25 \$

Eau pétillante *Dasani* sans édulcorant et sans sucre ajouté (355 ml) 2,25 \$

Eau pétillante Bubbly arôme naturel (355 ml) 2,25 \$

Boisson de soya enrichie :

200 ml 2,00 \$

250 ml 2,50 \$

Yogourt à boire (200 ml) 2,25 \$

Smoothie *Oasis*, pause-santé (300 ml) 2,50 \$

Smoothie maison avec fruits :

200 ml ou en verre 250 ml 2,50 \$

300 ml ou en verre 350 ml 3,00 \$

DESSERT

Dessert du jour.....	2,25 \$
Pouding au lait (175 ml)	2,25 \$
Biscuit à la farine d'avoine (85 g).....	2,25 \$
Biscuits à l'avoine <i>Dad's</i> (paquet de 2).....	1,75 \$
Biscuits <i>Délicouki</i> (45 g).....	2,25 \$
Muffin (85 g).....	2,25 \$
Barre de céréales au gruau <i>Quaker</i> (40 à 47 g)	2,00 \$
Fruit frais entier ou coupé	2,00 \$
Fruits frais coupés (petit format équivalant à 1½ fruit).....	2,25 \$
Fruits frais dans un verre (380 ml)	3,25 \$
Fruits frais avec fromage (assiette petit format)	3,25 \$
Salade de fruits (175 ml).....	2,00 \$
Fruit dans son jus.....	2,00 \$
Purée ou compote de fruits non sucrée	1,75 \$
Raisins (70 g) et fromage (30 g)	3,25 \$
Yogourt (95 g à 125 g).....	2,00 \$
Yogourt, crème ou lait glacé de type commercial ou maison (100 ou 125 ml)	2,00 \$
Yogourt avec fruits et céréales :	
200 ml ou 150 g	2,50 \$
250 ml ou 175 g	3,00 \$
Arachides non salées (sachet de 70 g)	2,25 \$
Amandes grillées non salées (sachet de 23 g).....	2,25 \$
Croustilles <i>Pop Chips</i> (23 g)	2,25 \$
Croustilles <i>Lays</i> cuites au four (32 g).....	2,25 \$
Croustilles <i>Sun Chips</i> (40 g)	2,25 \$
Maïs soufflé <i>From Farm to Table</i> (23 g)	2,25 \$
Salsa (50 ml ou 50 g).....	0,50 \$

DÉJEUNER

Rôties (2) de pain à grains entiers avec margarine non hydrogénée	2,25 \$
avec fromage (1 tranche).....	2,75 \$
*Bagel à grains entiers avec margarine non hydrogénée.....	2,50 \$
*avec fromage à la crème.....	3,50 \$
*avec fromage et œuf	4,00 \$
*avec fromage, jambon et œuf	4,00 \$
*Muffin anglais (1), œuf, fromage et jambon	4,00 \$
*Pommes de terre rissolées (125 ml) ou galette de pommes de terre (60 g)	
avec fruit frais.....	2,50 \$
Sandwich grillé au fromage (2 tranches – 40 g)	3,50 \$
Confiture ou beurre d'arachides.....	0,50 \$
Fromage à la crème (18 g)	1,00 \$
Fromage (1 tranche – 20 g)	1,00 \$
Brioche à la cannelle, sans glaçage ou garniture sucrée (85 g).....	2,25 \$
Céréales à déjeuner :	
portion de 20 à 35 g	1,75 \$
portion de 35 g avec lait (200 ml).....	2,00 \$

- ★ Les pommes de terre rissolées et les galettes de pommes de terre sont vendues uniquement en trio avec le *bagel ou le *muffin anglais (œuf, fromage, jambon) au coût supplémentaire de 1,75 \$.