



# Liste de prix

## PLAT DU CHEF

|                                                                                                                                                                                          |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Repas complet – 3 articles.....                                                                                                                                                          | 8,75 \$ |
| Comprend : plat principal chaud ou froid et deux articles parmi les suivants :<br>soupe (225 ml) ou jus de légumes, boisson (voir liste ci-dessous), dessert (voir<br>liste ci-dessous). |         |
| Repas complet – 4 articles.....                                                                                                                                                          | 9,25 \$ |
| Comprend: soupe (225 ml) ou jus de légumes ou de tomate (200 ml),<br>plat principal chaud ou froid, boisson (voir liste ci-dessous), dessert (voir liste<br>ci-dessous).                 |         |
| Plat principal chaud (1 au choix) incluant : protéines, légumes et aliments à grains<br>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 \$.