



MENU DE LA SEMAINE

1



SEM 1		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe aux tomates et nouilles 	Potage de céleri  	Soupe au poulet et riz brun  	Velouté aux tomates et basilic  	Velouté du chef 
PLAT DU CHEF	1	Assiette libanaise aux falafels  	Burrito à la dinde 	Steak Philly, sauce au poivre	Croquettes de crevettes, sauce à l'ail	Boulettes de veau, sauce barbecue 
	2	Un choix de pâtes alimentaires servies avec sauce au choix du chef (incluant sauce végétarienne) est disponible tous les jours.				
LÉGUME		Mélange de légumes sautés	Maïs 	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange Jardinière (haricots et carottes) 	Mélange Romanesco 
SALADE		Salade de lentilles	Salade verte	Salade méli-mélo	Salade César	Salade du chef
ACCOMPAGNEMENT (Plat du chef 1)		Couscous	Pommes de terre aux fines herbes	Purée de pommes de terre	Riz basmati	Riz brun 
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait ou jus de fruits pur à 100 %.				
		À LA CARTE : Chaque jour, une variété de sandwichs garnis vous est offerte selon vos goûts et préparée devant vous.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les :24 août, 28 septembre, 2 novembre, 7 décembre 2026; 25 janvier, 8 mars, 12 avril, 17 mai 2027				

ANNEE SCOLAIRE 2026-2027

3289 CSS des Milles Iles



écofaveur
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.



Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.

SEM 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Velouté de légumes 	Soupe aux tomates, légumes et orzo 	Soupe au bœuf, légumes et orge 	Potage de chou-fleur et pommes de terre 	Potage du jour 
PLAT DU CHEF	1	Pâté mexicain à la dinde	Burger au porc effiloché	Le méga pain de viande 	Cuisse de poulet miel et cari 	Chili végétarien ou Chili au bœuf 
	2	Un choix de pâtes alimentaires servies avec sauce au choix du chef (incluant sauce végétarienne) est disponible tous les jours.				
LÉGUME		Fleurettes de brocoli	Mélange Jardinière (Haricots et carottes) 	Julienne de carottes persillées 	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange Montego
SALADE		Salade verte	Salade de chou classique 	Salade César allégro	Salade d'épinards et mandarines	Salade du jour
ACCOMPAGNEMENT (Plat du chef 1)		Taboulé de quinoa et couscous 	Pommes de terre aux fines herbes	Purée de pommes de terre	Mélange multigrain pilaf 	Riz aux légumes
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait ou jus de fruits pur à 100 %.				
		À LA CARTE : Chaque jour, une variété de sandwichs garnis vous est offerte selon vos goûts et préparée devant vous.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 31 août, 5 octobre, 9 novembre, 14 décembre 2026; 1 février, 15 mars, 19 avril, 24 mai 2027				

SEM 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet et riz brun 	Soupe minestrone 	Potage de champignons 	Chaudrée de maïs rôti 	Potage de saison 
PLAT DU CHEF	1	Burger de poisson croustillant maison  	Quiche à la dinde rôtie et cheddar du Québec 	Étagé de tortillas au veau  	Sandwich chaud au poulet 	Boulettes végé à l'italienne  ou Boulettes de bœuf à l'italienne 
	2	Un choix de pâtes alimentaires servies avec sauce au choix du chef (incluant sauce végétarienne) est disponible tous les jours.				
LÉGUME		Fleurettes de brocoli	Macédoine italienne 	Duo de haricots verts et jaunes coupés 	Mélange San Francisco	Mélange Soleil levant 
SALADE		Salade du chef	Salade César	Salade de légumes croquants	Salade de chou classique 	Salade verte
ACCOMPAGNEMENT (Plat du chef 1)		Pommes de terre assaisonnées	Nouilles aux œufs persillées	Riz pilaf	Quartiers de pommes de terre	Riz basmati
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait ou jus de fruits pur à 100 %.				
		À LA CARTE : Chaque jour, une variété de sandwichs garnis vous est offerte selon vos goûts et préparée devant vous.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les :7 septembre, 12 octobre, 16 novembre 2026; 4 janvier, 8 février, 22 mars, 26 avril, 31 mai 2027				

SEM 4		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet et coquilles 	Velouté de brocoli  VEG	Soupe aux légumes et riz multigrain  	Soupe aux tomates et nouilles 	Potage de carottes et panais   VEG
PLAT DU CHEF	1	Gratin parmentier végétarien  ou Parmentier de veau au gratin 	Jambalaya au poulet et à la saucisse de dinde 	Burger de porc à la grecque	Vol-au-vent au poulet 	Filet de poisson aux saveurs italiennes  ou Pizza Margherita  VEG
	2	Un choix de pâtes alimentaires servies avec sauce au choix du chef (incluant sauce végétarienne) est disponible tous les jours.				
LÉGUME		Mélange San Francisco	Maïs et poivrons deux couleurs 	Fleurettes de brocoli	Mélange Montego	Carottes en julienne 
SALADE		Salade de concombres	Salade de chou rouge	Taboulé 	Salade César allégro	Salade de légumes croquants
ACCOMPAGNEMENT (Plat du chef 1)		-	-	Quartiers de pommes de terre	Purée de pommes de terre	Riz ensoleillé
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait ou jus de fruits pur à 100 %.				
		À LA CARTE : Chaque jour, une variété de sandwichs garnis vous est offerte selon vos goûts et préparée devant vous.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 14 septembre, 19 octobre, 23 novembre 2026; 11 janvier, 15 février, 29 mars, 3 mai, 7 juin 2027				

SEM 5		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet et riz brun 	Soupe aux légumes 	Soupe aux tomates et nouilles 	Potage de courge et cari  	Potage de légumes 
PLAT DU CHEF	1	Blanquette de porc 	Bœuf Beijing 	Lanières de tofu à la thaïe ou Sauté de poulet à la thaïe   	Riz frit au poulet ou Choix du chef 	Filet de poisson croustillant 
	2	Un choix de pâtes alimentaires servies avec sauce au choix du chef (incluant sauce végétarienne) est disponible tous les jours.				
LÉGUME		Haricots verts 	Carottes persillées 	Mélange Romanesco 	Mélange de légumes du jour	Mélange Soleil levant
SALADE		Salade de brocoli, carottes et radis	Salade du chef	Salade de chou, mandarines et poivrons rouges	Chiffonnade de laitue et tomates	Salade César
ACCOMPAGNEMENT (Plat du chef 1)		Pommes de terre aux fines herbes	Couscous	Riz basmati	-	Mélange multigrain pilaf 
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait ou jus de fruits pur à 100 %.				
		À LA CARTE : Chaque jour, une variété de sandwichs garnis vous est offerte selon vos goûts et préparée devant vous.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 21 septembre, 26 octobre, 30 novembre 2026; 18 janvier, 22 février, 5 avril, 10 mai, 14 juin 2027				