POLYVALENTE SAINTE-THÉRÈSE

ANNÉE SCOLAIRE 2026-2027

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE 1 24 août 28 sept. 02 nov. 07 déc. 25 janv. 01 mars 05 avril 10 mai 14 juin	Soupe poulet et légumes **Poulet au cari rouge** Riz basmati Haricots verts *Raviolis au fromage, sauce napolitaine Salade du chef Carré aux dates *Sandwich à la grecque (froid)*	Crème de brocoli **Porc aigre-doux** Purée de pommes de terre Jardinière de légumes *Pizza aux trois fromages Salade César Pain aux bananes *Sandwich de dinde à la toscane (chaud)*	Potage minestrone ***Burger de bœuf*** *(laitue ciselée et tomate)* *Roulade de poisson à la florentine Riz et quinoa Carottes Salade de chou Carré au citron *Bol poké au tofu*	Crème de légumes **Cuisse de poulet jerk** Pommes de terre rôties *Pennes, sauce rosée au pesto Salade printanière Délice au yogourt et fruits *Sandwich au poulet salsa (chaud)*	Soupe aux pois **Pain de viande** *Fricadelles de poisson-maison, sauce aïoli Purée de pommes de terre Macédoine de légumes Desserts variés *Sandwich aux côtes levées (chaud)*
SEMAINE 2 31 août 05 oct. 09 nov. 14 déc. 01 févr. 08 mars 12 avril 17 mai	Soupe poulet et coquilles **Poulet à la cacciatore** *Omelette aux épinards Riz vapeur Brocoli Pain aux petits fruits *Salade-repas mexicaine (froid)*	Soupe à l'oignon **Veau parmigiana** Nouilles au beurre Jardinière de légumes *Macaroni au fromage maison *(échalotes et tomates)* Salade du chef Croustade aux pommes *Sandwich au poulet teriyaki (chaud)*	Soupe minestrone **Poulet teriyaki** Couscous Légumes à la florentine *Pizza grecque Salade royale de légumineuses Fantaisie au yogourt grec et framboises *Sushis*	Crème de légumes **Tulipe aux œufs et fromage** *Lasagne, sauce végétarienne *(protéines de soya)* Salade César Tarte santé à la fraise *(sans sucre)* *Sandwich au bœuf (chaud)*	Soupe tomate et nouilles **Burger de dinde** *(laitue ciselée et tomate)* *Filet de poisson croustillant Purée de patates douces Desserts variés *Sandwich au poulet salsa (chaud)*
SEMAINE 3 07 sept. 12 oct. 16 nov. 04 janv. 08 févr. 15 mars 19 avril 24 mai	Potage Parmentier **Galette de veau coréenne** Brocoli *Pennines alla Gigi Quartiers de pommes de terre Salade César Gâteau aux pommes *Sandwich au bœuf (chaud)*	Crème de céleri **Pâtes, sauce à la viande** *Pita de falafels, sauce tzatziki Crudités Mousse choco-mandarine *Sandwich aux côtes levées (chaud)*	Potage aux tomates et basilic ***Bol de chili con carne et pointes de tortillas** *Tacos de poisson Riz Légumes mexicains Clafoutis aux pêches *Salade-repas mexicaine (froid)*	Soupe aux lentilles et au cari **Bouchées de poulet croustillantes épicées** Pommes de terre au romarin *Pizza végétarienne Salade verte Tarte Graham aux fruits *Sandwich au poulet teriyaki (chaud)*	Soupe poulet et nouilles ***Ragoût de boulettes de bœuf** Pommes de terre nature Pois verts *Manicottis, sauce rosée Salade d'épinards Desserts variés *Bol poké à la goberge*
SEMAINE 4 14 sept. 19 oct. 23 nov. 11 janv. 15 févr. 22 mars 26 avril 31 mai	Potage Saint-Germain **Poulet au beurre** Couscous aux petits légumes Brocoli *Pâtes, sauce végétarienne *(protéines de soya)* Salade du chef Gâteau aux carottes *Salade-repas mexicaine (froid)*	Potage de courge musquée ***Burger de poulet cajun** *Gratin tex-mex (tofu) Salade de chou Gâteau-mousse aux fruits *Sandwich de dinde à la toscane (chaud)*	Soupe poulet et riz **Bifteck à la lyonnaise** Quartiers de patates douces Pois verts Salade César *Tortellinis au fromage, sauce tomate à la crème Flan de yogourt et coulis de mangue *Sandwich au poulet teriyaki (chaud)*	Soupe tomates et nouilles **Pizza au poulet barbecue** *Frittata de brocoli et cheddar Salade d'épinards Croustillant aux fruits *Sushis*	Crème de brocoli **Macaronis, sauce à la viande** *Pâté chinois végétarien Salade mixte Desserts variés *Sandwich aux côtes levées (chaud)*
SEMAINE 5 21 sept. 26 oct. 30 nov. 18 janv. 22 févr. 29 mars 03 mai 07 juin	Crème de champignons **Poulet, sauce crémeuse au pesto** Nouilles aux œufs Jardinière de légumes *Rotinis, sauce primavera Salade du chef Croustade choco-poires *Sous-marin jambon-fromage (chaud)*	Soupe du cultivateur **Pizza garnie** *(pepperoni de dindon)* *Casserole de poisson Carottes et trempette Gâteau soupe aux tomates et raisins secs *Sandwich au poulet salsa (chaud)*	Soupe thaïe **Boulettes de bœuf suédoises** Couscous Brocoli *Tortilla au chili végétarien *(protéines de soya)* Salade de maïs et poivrons Tarte au yogourt et à la lime *(croûte Graham)* *Bol poké à la goberge*	Potage de légumes ***Poulet salsa** Riz aux légumes *Pâté au saumon, sauce aux œufs Haricots verts Salade verte garnie Brownie santé et coulis de fruits *Sandwich méditerranéen (froid)*	Soupe poulet et nouilles **Lasagne au gratin** *Burger végétarien *(légumineuses)* Légumes Soleil levant Salade de chou vert et rouge Desserts variés *Sandwich au bœuf (chaud)*

Liste de prix

Repas complet :

2 articles 9,00 $
Plat principal chaud ou froid et une boisson ou un dessert

3 articles 9,50 $
Plat principal chaud ou froid avec deux choix parmi les articles suivants : soupe, boisson ou dessert

4 articles 10,00 $
Plat principal chaud ou froid avec les trois articles suivants : soupe, boisson et dessert

Plat principal :

- Chaud ou froid 7,75 $

Sandwichs :

- Oeufs, fromage 4,00 $
- Jambon, poulet, thon 4,00 $
- Wrap (18 cm) jambon, poulet ou thon 4,00 $
- Demi-sandwichs variés avec crudités et trempette 4,00 $
- Pita, tortilla (25 cm), ciabatta 4,75 $
- Salade garnie ou César (250 ml) 3,25 $
- Crudités et trempette 3,00 $

Compléments :

- Soupe et craquelins (225 ml) 2,50 $
- Jus de tomate ou V8 réduit en sel (156 ml) 2,00 $
- Jus de fruits, 100 % pur (200 ml) 2,00 $
- Lait 2 % (200 ml) 2,00 $
- Biscuit à l'avoine 2,25 $
- Muffins variés 2,25 $
- Fruit frais ou coupé 2,00 $
- Raisins (70 g) et fromage (30 g) 3,00 $
- Salade de fruits (175 ml) 2,25 $
- Pouding au lait (175 ml) 2,25 $
- Dessert du jour 2,25 $
- Bâtonnets de fromage 2,00 $
- Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube 2,00 $
- Yogourt à boire (200 ml) 2,50 $
- Boisson de soya enrichie (200 ml) 2,25 $

*Pain ou pâtes de blé entier ou à grains entiers

Chartwells favorise l'utilisation d'ingrédients d'origine québécoise certifiée.
Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

*Plats faisant partie de notre offre végétarienne.