



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Repas froids (disponibles toutes les semaines)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade César au poulet (laitue romaine, poulet grillé, fromage râpé et croûtons multigrains)	Salade César au poulet (laitue romaine, poulet grillé, fromage râpé et croûtons multigrains)	Salade César au poulet (laitue romaine, poulet grillé, fromage râpé et croûtons multigrains)	Salade César au poulet (laitue romaine, poulet grillé, fromage râpé et croûtons multigrains)	Salade César au poulet (laitue romaine, poulet grillé, fromage râpé et croûtons multigrains)
Assiette de pain naan et houmous Servi avec crudités et trempette	Salade de farfalles au thon (pâtes, thon, légumes et petits pois)	Assiette de pain naan et houmous Servi avec crudités et trempette	Assiette de pain naan et houmous Servi avec crudités et trempette	Assiette de pain naan et houmous Servi avec crudités et trempette
Salade Cobb au poulet (poulet, œuf cuit dur, fromage râpé, tomates, concombres, carottes râpées, olives Kalamata, poivrons, vinaigrette balsamique)	Poké bol au tofu (tofu, edamames, poivrons, carottes râpées, concombres, sauce sésame, graines de sésame)	Boîte à lunch (pointes de pizza aux tomates, salade de macaroni cubes de cheddar / crudités et trempette)	Poké bol au poulet (poulet, mayo légèrement épicée, edamames, poivrons, carottes râpées, concombres)	Salade grecque (laitue romaine, fromage feta, concombres, tomates, olives Kalamata, épices et vinaigrette grecque)
Ciabatta jambon et fromage suisse Servi avec crudités et trempette	Tortilla César (lanières de poulet multigrains, laitue, fromage, sauce César) servi avec crudités et trempette	Petits pain farcis aux œufs Servis avec crudités et trempette	Baguette dinde et fromage servi avec crudités et trempette	Sandwich au poulet servi avec crudités et trempette

Liste de prix :
Assiette seulement : 7,00 \$
Assiette + 1 article : 7,50 \$
Assiette + 2 articles : 8,00 \$



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Semaine 1 – débutant le

25 août	29 septembre	3 novembre	8 décembre	26 janvier	9 mars	13 avril	18 mai
Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi	
Repas chauds		Burritos		Pita à la grecque		Macaroni au fromage	
Filet de poisson		(tortilla, bœuf et protéine végétale, haricots rouges, fromage), salsa, salade de légumes et maïs		(pain pita, fromage grec, olives, poivrons) crudités		légumes grillés du moment	
couscous, jardinière de légumes et sauce tartare							
Spaghetti sauce à la viande crudités		Spaghetti sauce à la viande crudités		Spaghetti sauce à la viande crudités		Spaghetti sauce à la viande crudités	
Pouding au lait		Gâteau du jour		Bol de fruits		Muffin aux fruits	
Dessert						Galette à l'avoine	
						Filets de poulet (grains entiers) riz pilaf / macédoine	

Liste de prix :
Assiette seulement : 7,00 \$
Assiette + 1 article : 7,50 \$
Assiette + 2 articles : 8,00 \$



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Semaine 2 – débutant le

1 ^{er} septembre	6 octobre	10 novembre	15 décembre	2 février	16 mars	20 avril	25 mai
Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi	
Repas chauds	Tofu Général Tao riz basmati légumes grillés	Fettuccine au poulet sauce Alfredo brocolis	Casserole mexicaine (riz, bœuf, haricots noirs, tomates, maïs, fromage) servi avec salsa et crème sûre		Spaghetti sauce à la viande salade César	Burger poulet salade de chou	
	Macaroni au fromage légumes grillés	Macaroni au fromage brocolis	Macaroni au fromage crudités		Macaroni au fromage salade César	Macaroni au fromage salade de chou	
Dessert	Biscuit à la mélasse	Bol de fruits	Galette à l'avoine		Pouding au lait	Muffin aux bananes	

Liste de prix :
Assiette seulement : 7,00 \$
Assiette + 1 article : 7,50 \$
Assiette + 2 articles : 8,00 \$



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Semaine 3 – débutant le

8 septembre	13 octobre	17 novembre	5 janvier	9 février	23 mars	27 avril	1 ^{er} juin				
Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi					
Repas chauds		Souvlaki de porc riz assaisonné, salade tomates-concombres		Fajita au poulet (poulet, poivrons, fromage) crudités et salsa		Pâté chinois concombres		Poulet au beurre riz basmati, brocolis		Lasagnette (sauce à la viande) salade du jardin	
Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis		Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis		Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis		Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis		Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis			
Dessert		Yogourt en tube		Bol de fruits		Biscuit aux bananes/érable		Gâteau du jour		Galette à l'avoine	



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Semaine 4 – débutant le

15 septembre	20 octobre	24 novembre	12 janvier	16 février	30 mars	4 mai	8 juin
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi		
Repas chauds	Bouchées de poisson croustillantes riz basmati, légumes récolte du jour et sauce tartare	Tortellinis sauce rosée au tofu soyeux brocolis	Poulet barbecue pommes de terre maison salade de chou	Brunch jambon, pommes de terre maison, crêpe, quartiers d'oranges, sirop	Burger de bœuf crudités		
	Lasagnette légume récolte du jour	Lasagnette brocolis	Lasagnette salade de chou	Lasagnette crudités	Lasagnette crudités		
	Galette à l'avoine	Biscuit à la mélasse	Pouding au lait	Gâteau aux pommes	Muffin aux fruits		
Dessert							

Liste de prix :
Assiette seulement : 7,00 \$
Assiette + 1 article : 7,50 \$
Assiette + 2 articles : 8,00 \$



MENU 2025-2026

Toutes les écoles **SAUF** Espace-Couleurs et Domaine-Vert-Nord

Semaine 5 – débutant le

22 septembre	27 octobre	1 ^{er} décembre	19 janvier	23 février	6 avril	11 mai	15 juin
Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi	
Repas chauds	Poulet parmesan	Boulettes de viande à la suédoise	Bol au poulet	Spaghetti sauce à la viande	Pizza au fromage sur pain plat		
	spaghetti à l'ail et fines herbes, légumes du jour	pommes de terre en purée, légumes californiens	(poulet, maïs, concombres, poivrons, chou rouge, sauce Ranch)	salade César	crudités		
	Manicottis au fromage	Manicottis au fromage	Manicottis au fromage	Manicottis au fromage	Manicottis au fromage		
Dessert	légume du jour	légumes californiens	crudités	salade César	crudités		
	Pouding au lait	Bol de fruits	Biscuit aux bananes/érable	Gâteau du jour	Galette à l'avoine		

Liste de prix :

- Assiette seulement : 7,00 \$
- Assiette + 1 article : 7,50 \$
- Assiette + 2 articles : 8,00 \$