



Liste de prix 2021-2022

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--|---|---|--|--|---|
| SOUPE ou POTAGE | Du jour | Du jour | Du jour | Du jour | Du jour |
| REPAS FROIDS | Disponibles tous les jours parmi les choix suivants : | # 1 Salade César au poulet et fromage ♥ pain pita | # 2 Assiette de pain naan et houmous Crudités | # 3 ♥ Sandwich Salade de poulet, œufs, thon ou jambon Crudités et trempette | # 4 Salade du chef Poulet, thon ou jambon sur lit de laitue, légumes et œuf cuit dur |
| REPAS CHAUD | | | | | |
| Semaine 1 | | | | | |
| 23 août 27 sept. 1 nov. 6 déc. | 17 janv. 21 févr. 4 avril 9 mai 13 juin | Filet de sole ♥ Couscous aux fines herbes Jardinière de légumes | Galette de bœuf Sauce brune Pommes de terre en purée Maïs en grains | ♥ Croque-jambon Salade d'orzo et de légumes | ♥ Macaroni (contient des protéines de soya) Légumes du jour |
| 30 août 4 oct. 8 nov. 13 déc. | 24 janv. 7 mars 11 avril 16 mai 20 juin | Poulet parmesan Nouilles aux œufs et fines herbes Récolte du jour | Tortellinis au fromage sauce rosée au tofu soyeux Brocoli | Pâté chinois Concombres | ♥ Spaghetti Salade César |
| Semaine 2 | | | | | |
| 6 sept. 11 oct. 15 nov. 20 déc. | 31 janv. 14 mars 18 avril 23 mai | Souvlaki de porc Riz persillé Salade concombres tomates | ♥ Fajita au poulet (laitue, tomate, fromage, salsa) | Saucisses de veau (3) Purée aux deux pommes de terre Haricots verts | ♥ Fusillis sauce à la viande Salade d'épinards |
| Semaine 3 | | | | | |
| 13 sept. 18 oct. 22 nov. 3 janv. | 7 févr. 21 mars 25 avril 30 mai | Bouchées de poisson croustillantes Riz Crudités variées | Poulet Barbecue Sauce Barbecue Pommes de terre grecque Salade de chou | ♥ Macaroni gratiné Salade colorée | Brunch Jambon à l'érable Pommes de terre rissolées Petite crêpe, fruits |
| Semaine 4 | | | | | |
| 20 sept. 25 oct. 29 nov. 10 janv. | 14 févr. 28 mars 2 mai 6 juin | Boulettes de viande (bœuf) Pommes de terre en purée Légumes à l'orientale | Sandwich au poulet chaud Sauce brune Pommes de terre en purée Petits pois | Assiette mexicaine (haricots rouges, bœuf, croustilles de maïs laitue, olives, tomates, fromage et salsa) | ♥ Spaghetti Salade César |
| Semaine 5 | | | | | |
| DESSERT Assiette de fruits disponible tous les jours | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour | Dessert du jour |

| | |
|--|---------|
| Repas complet : | |
| Plat principal : Assiette seulement (chaud ou froid) | 5,25 \$ |
| 2 articles Plat principal chaud ou froid et un article parmi les suivants : soupe, boisson ou dessert | 6,00 \$ |
| 3 articles Plat principal chaud ou froid et deux articles parmi les suivants : soupe, boisson ou dessert | 6,50 \$ |
| 4 articles Plat principal chaud ou froid, la soupe, le choix d'une boisson et d'un dessert. | 7,00 \$ |
| Sandwichs : | |
| • Œufs, fromage | 3,25 \$ |
| • Jambon, poulet, thon | 3,25 \$ |
| • Salade garnie ou César (250 mL) | 2,50 \$ |
| • Crudités et trempette | 2,25 \$ |
| Compléments : | |
| • Soupe et craquelins (225 mL) | 1,75 \$ |
| • Jus de tomate ou V8 (200 mL) | 1,50 \$ |
| • Jus de fruits, 100 % pur (200 mL) | 1,50 \$ |
| • Eau « contenant tétrapack » (200 mL) | 1,50 \$ |
| • Lait 2 % (200 mL) | 1,50 \$ |
| • Raisins (70 g) et fromage (30 g) | 2,25 \$ |
| • Dessert du jour | 1,50 \$ |
| • Muffin ou galette à l'avoine | 1,50 \$ |
| • Assiette de fruits ou fruit entier | 1,50 \$ |
| • Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube | 1,50 \$ |
| • Pouding au lait (175 mL) | 1,50 \$ |
| • Bâtonnet de fromage | 1,50 \$ |
| • Ensemble de trois ustensiles réutilisables | 3,00 \$ |

Responsable : Laurence Loyer

info@lamarmiteasaveurs.com

Mise à jour : 26 mai 2021

Bon appétit !

Par souci de l'environnement durable, nous encourageons les parents à fournir des ustensiles réutilisables à leurs enfants, même s'ils utilisent le service de la cantine. Merci !

♥ aliments de blé entier ou à grains entiers