



Menu année scolaire  
2021-2022

**Semaine 1**

23 août 21 fév.  
20 sept. 21 mars  
18 oct. 18 avril  
15 nov. 16 mai  
13 déc. 13 juin  
24 janv.

**Semaine 2**

30 août 28 fév.  
27 sept. 28 mars  
25 oct. 25 avril  
22 nov. 23 mai  
20 déc. 20 juin  
31 janv.

**Semaine 3**

06 sept. 07 fév.  
04 oct. 07 mars  
1<sup>er</sup> nov. 04 avril  
29 nov. 02 mai  
10 janv. 30 mai

**Semaine 4**

13 sept. 14 fév.  
11 oct. 14 mars  
08 nov. 11 avril  
06 déc. 09 mai  
17 janv. 06 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	<p>Soupe poulet et légumes</p> <p><b>Pita à l'italienne (blé entier)</b></p> <p><b>Frittata cheddar fort et légumes</b></p> <p>Riz multigrain</p> <p>Salade verte et chou rouge</p> <p>Fleurons de brocoli</p> <p><b>Cubes d'ananas</b></p>	<p>Soupe aux pois</p> <p><b>Macaroni au fromage (Mac and cheese)</b></p> <p><b>Filet de poisson croustillant</b> P. de terre en quartiers</p> <p>Salade César</p> <p>Haricots verts</p> <p><b>Croustillant aux pommes et fraises</b></p>	<p>Crème de légumes</p> <p><b>Sauté de poulet et brocoli</b> Nouilles aux œufs</p> <p><b>Saucisses et pommes de terre en plaque</b></p> <p>Salade du chef</p> <p>Carottes persillées</p> <p><b>Pouding au chocolat</b></p>	<p>Soupe cultivateur</p> <p><b>Gratin Tex Mex végété</b></p> <p><b>Dinde au lait de coco</b> Vermicelles</p> <p>Salade jardinière</p> <p>Légumes Montego</p> <p><b>Yogourt avec céréales</b></p>	<p>Crème de brocoli</p> <p><b>Poulet Général Tao</b></p> <p><b>Cari aux lentilles et courge</b></p> <p>Riz basmati</p> <p>Salade d'épinards</p> <p>Macédoine de légumes</p> <p><b>Pain aux bananes</b></p>
	<p>Crème de champignons</p> <p><b>Poulet au beurre</b> Riz brun</p> <p><b>Quesadillas mexicaines</b> sur tortillas de blé</p> <p>Fleurons de brocoli</p> <p>Salade du marché</p> <p><b>Quartiers d'orange ou mandarine</b></p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p><b>Spaghetti, sauce à la viande (50% de pâtes de blé entier)</b></p> <p><b>Étagé végétarien aux patates douces</b></p> <p>Salade César</p> <p>Mélange de légumes bistro</p> <p><b>Carré Graham au caramel</b></p>	<p>Soupe minestrone</p> <p><b>Poulet teriyaki</b></p> <p><b>Quiche florentine au féta</b></p> <p>Quartiers de p. de terre</p> <p>Légumes sautés</p> <p>Salade verte et chou rouge</p> <p><b>Petite galette à l'avoine</b></p>	<p>Soupe tomates et quinoa</p> <p><b>Burger de dinde maison (pain de blé entier)</b></p> <p><b>Sauté tofu au gingembre</b> Vermicelles de riz</p> <p>Salade kimchi</p> <p>Carottes</p> <p><b>Clafoutis aux framboises</b></p>	<p>Crème de poulet</p> <p><b>Bifteck sauce lyonnaise</b> Purée de p. de terre</p> <p><b>Pâté au saumon, sauce à l'aneth</b></p> <p>Petits pois</p> <p>Salade méditerranéenne</p> <p><b>Délice au yogourt avec petits fruits</b></p>
	<p>Soupe poulet et vermicelles</p> <p><b>Boulettes Stroganoff</b></p> <p><b>Filet de poisson bruschetta</b></p> <p>Nouilles aux œufs</p> <p>Mélange californien</p> <p>Salade du chef</p> <p><b>Pouding à la vanille</b></p>	<p>Soupe aux lentilles</p> <p><b>Penne Pizza (50% de pâtes de blé entier)</b></p> <p><b>Pain plat artichauts et chèvre</b></p> <p>Salade César</p> <p>Légumes au four</p> <p><b>Salade de fruits</b></p>	<p>Potage Crécy</p> <p><b>Escalope de poulet salsa</b></p> <p><b>Porc à la méditerranéenne</b></p> <p>Riz brun persillé</p> <p>Salade d'épinards</p> <p>Duo de haricots</p> <p><b>Renversé aux ananas</b></p>	<p>Soupe paysanne</p> <p><b>Pâté chinois</b></p> <p><b>Omelette à la grecque</b> Quinoa</p> <p>Salade du chef</p> <p>Carottes et édamames</p> <p><b>Yogourt aux fraises</b></p>	<p>Soupe bœuf et orge</p> <p><b>Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée</b> Pommes de terre rissolées</p> <p><b>Pain de lentilles</b></p> <p>Salade de chou</p> <p>Légumes Montego</p> <p><b>Trottoir à la mangue</b></p>
	<p>Crème de tomate</p> <p><b>Cuisse de poulet BBQ</b> Pommes de terre grelots</p> <p><b>Chili sin carne aux haricots rouges</b> Chips de tortillas</p> <p>Maïs et poivrons rouges</p> <p>Salade de carottes</p> <p><b>Compote de pommes</b></p>	<p>Soupe poulet et nouilles</p> <p><b>Lasagne sauce tomate et lentilles</b></p> <p><b>Pita falafel</b></p> <p>Salade César</p> <p>Courgettes fraîches au four</p> <p><b>Brownie aux haricots noirs</b></p>	<p>Soupe aux légumes</p> <p><b>Pâté à la dinde</b></p> <p><b>Bœuf bourguignon</b> Purée de pommes de terre</p> <p>Mélange de légumes bistro</p> <p>Salade italienne</p> <p><b>Carré aux dattes</b></p>	<p>Crème de courge</p> <p><b>Poulet portugais</b> Riz brun</p> <p><b>Croquettes de thon et aioli</b></p> <p>Salade du marché</p> <p>Fleurons de brocoli</p> <p><b>Cubes de melon</b></p>	<p>Soupe orientale</p> <p><b>Veau parmigiana</b> Pâtes persillées</p> <p><b>Sandwich gourmet végétarien</b></p> <p>Salade printanière</p> <p>Haricots verts</p> <p><b>Croustade aux poires</b></p>

**Menu du jour :**

Comprend :

- la soupe
- le plat principal avec le petit pain brun et la margarine
- lait ou
- jus pur à 100 %
- et le dessert

5,90\$

