






















# MENU ÉCOLE PRIMAIRE 2022-2023



		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
<b>REPAS FROID</b>		Pointes de pita grillé, humus, fromage* et crudités	Bol poké (riz, poulet, mandarines, concombres, carottes, oignon vert et vinaigrette thai)	Salade César au poulet*	Petits pains (2) au jambon et salade verte 	Salade de couscous au poulet et agrumes	
<b>REPAS CHAUD</b>							
<b>SOUPE</b>		Poulet et nouilles	Aux pois	Won-ton	Crème de poulet	Tomates et riz	
Semaine du:	31 août 26 sept. 24 oct. 21 nov. 19 déc.	31 janv. 7 mars 3 avril 1er mai 29 mai	Jambon à l'ananas et riz aux légumes 	Saucisses rôties (porc et poulet) purée de pdt et légumes du jour 	Croque-jambon et salade verte 	Fusillis sauce à la viande salade César 	Pizza peperroni et fromage* salade verte 
	<b>SOUPE</b>		Poulet et riz	Crème de carottes	Tomates et étoiles	Soupe du jour	Minestrone
	6 sept. 4 oct. 31 oct. 28 nov. 9 janv.	6 fév. 13 mars 11 avril 8 mai 5 juin	Général Tao (tofu) riz et légumes du jour 	Croustillant de poisson couscous et légumes du jour 	Poulet à la king et légumes sur nouilles aux œufs	Macaroni sauce à la viande salade verte 	Hamburger de bœuf, fromage et crudités
	<b>SOUPE</b>		Poulet et nouilles	Aux pois	Won-ton	Crème de poulet	Tomates et riz
	12 sept. 11 oct. 7 nov. 5 déc. 16 janv.	13 fév. 20 mars 17 avril 15 mai 12 juin	Brunch : Crêpe, omelette et yogourt avec fruits 	Hamburger steak, purée de pdt, petits pois et carottes	Pépites de poulet cuites au four riz et légumes du jour	Penne sauce à la viande salade verte 	Pizza peperroni et fromage* salade verte 
	<b>SOUPE</b>		Poulet et riz	Crème de carottes	Tomates et étoiles	Soupe du jour	Minestrone
19 sept. 17 oct. 14 nov. 12 déc. 23 janv.	20 fév. 27 mars 24 avril 23 mai 19 juin	Sandwich de saucisse à l'italienne et légumes rôties, salade de chou 	Bouchées de saumon croustillantes, sauce tartare et riz aux légumes 	Boulettes suédoises au boeuf, purée de pdt et carottes	Lasagne* salade César 	Hamburger de poulet cuit au four, salade, tomate et mayonnaise	
* Fromage de soya PVT: protéine végétale texturée				Poisson  Porc  Végétarien 		 Infos, promotions et plus!	
<b>Livret de 10 coupons disponible au coût de 68,50 \$</b>							
<b>Prix des repas:</b>	<b>4 items: 7,00\$</b> Plat principal et les trois (3) articles suivants : soupe 180 ml, un breuvage (lait, jus, eau) et un dessert	<b>3 items: 6,85\$</b> Plat principal et deux (2) articles parmi les suivants: soupe 180 ml ou un breuvage (lait, jus, eau) ou un dessert	<a href="http://www.nutrideli.ca">www.nutrideli.ca</a>		