

# Menu Secondaire

22 sept.  
20 oct.  
17 nov.  
15 déc.  
26 janv.  
23 févr.  
23 mars  
20 avril  
18 mai  
15 juin

01 sept.  
29 sept.  
27 oct.  
24 nov.  
05 janv.  
02 févr.  
02 mars  
30 mars  
27 avril  
25 mai

08 sept.  
06 oct.  
03 nov.  
01 déc.  
12 janv.  
09 févr.  
09 mars  
06 avril  
04 mai  
01 juin

15 sept.  
13 oct.  
10 nov.  
08 déc.  
19 janv.  
16 févr.  
16 mars  
13 avril  
11 mai  
08 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Soupe poulet et légumes  <b>Veau parmigiana</b>  <i>Tofu Tao<sup>1</sup> (A. Bilodeau, sec. 1)</i>  Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César	Soupe aux lentilles  <b>Macaroni au fromage</b>  <i>Cuisse de poulet à la portugaise</i>  Jardinière de légumes Salade fusion	Crème de poulet  <b>Menu brunch</b> <i>(crêpes, saucisse, omelette, pommes de terre rôties)</i>  <b>Poisson-bruschetta</b> Riz à l'ail et origan  Brocoli au beurre Salade grecque	Soupe aux légumes  <b>Pilons de poulet croustillants en croute d'épices</b> Pommes de terre rôties  <b>Wrap aux patates douces et haricots noirs</b>  Légumes mexicains Salade de chou	Crème de brocoli  <b>Bifteck, sauce à la lyonnaise</b> Purée de pommes de terre Carottes persillées  <b>Penne sauce carbonara</b>  Carottes persillées Salade jardinière
Crème de champignons  <b>Hamburger de bœuf au fromage</b>  <i>Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz</i>  Pois verts Salade du marché	Soupe minestrone  <b>Poulet teriyaki Couscous</b>  <i>Pita de falafels</i>  Courgettes sautées aux herbes Salade d'épinards	Soupe à l'oignon  <b>Lasagne</b>  <i>Pâté au saumon, sauce aux œufs</i>  Fleurets de brocoli Salade César	Crème de légumes  <b>Croquettes de poulet sauce BBQ</b>  <i>Cari de pois chiches</i> Riz basmati  Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse	Soupe tomate et quinoa  <b>Pizza pepperoni et fromage</b>  <i>Étagé de légumes grillés et ricotta<sup>1</sup> (W. Hudon, sec. 2)</i>  Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun
Soupe poulet et vermicelles  <b>Boulettes de bœuf Shanghai</b> Purée de pommes de terre  <i>Dahl à l'indienne</i> Demi-pain naan  Légumes à la florentine Salade du chef	Crème de carottes  <b>Poulet au beurre</b>  <i>Filet de poisson en croute d'herbes</i>  Riz vapeur Duo de haricots Salade verte au chou rouge	Soupe aux légumes  <b>Lanières de porc aigre doux</b> Quinoa  <b>Omelette aux légumes et fromage</b>  Légumes de Paris Salade du marché	Crème de courges  <b>Pâté parmentier</b>  <b>Casserole de thon</b>  Carottes au cumin Salade californienne	Soupe à l'orientale  <b>Assiette chinoise</b> Riz frit au soya  <b>Wrap au chili végétarien<sup>1</sup></b> (V. Fournier, enseignante)  Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes
Soupe bœuf et orge  <b>Hamburger au poulet</b>  <i>Bol végé tex-mex</i> Riz  Légumes racines grillés Salade de chou	Soupe poulet et riz  <b>Croque jambon</b>  <i>Quinoa aux pois chiches et légumes<sup>1</sup> (C. Binet, sec. 1)</i>  Brocoli Salade du Marché	Crème de navets  <b>Pâtes sauce à la viande</b>  <i>Quiche brocoli et fromage</i>  Jardinière de légumes Salade César	Crème de tomate au basilic  <b>Casserole de bœuf épice et pommes de terre en dés</b>  <i>Gratin jardinière</i>  Mélange fusion Salade méditerranéenne	Soupe bœuf et quinoa  <b>Poulet à la cacciatora</b>  <b>Tacos au poisson (2)</b>  Riz pilaf Pois et carottes Salade de maïs et poivrons

\* Plats inscrits au programme Aliments du Québec au menu. / Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.  
(les plats/produits identifiés pourront être modifiés selon les disponibilités d'approvisionnement lors de la confection des recettes.)

\*\* Plats faisant partie de notre offre végétarienne.



1 Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab22.

Prix du menu du jour

Assiette du jour 7.15 \$

Assiette + 1 item 8.25 \$

Assiette + 2 items 8.95 \$

Assiette + 3 items 9.30 \$

Choisir parmi les articles suivants

- soupe / jus de légume
- Lait
- Jus pur à 100 %
- Bouteille d'eau
- Dessert du jour



Un bon mode de paiement, la « carte Zipthru » disponible à la cafétéria !

Visitez le [www.Chartwellsk12.ca](http://www.Chartwellsk12.ca) pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa « carte Zipthru » pour payer à la caisse.

