

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

**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 légumes
- Lait
- Jus pur à 100 %
- Bouteille d'eau
- Dessert du jour

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

**Zipthru**  
[www.cartecaf.zipthru.ca](http://www.cartecaf.zipthru.ca)  
Visitez le  
pour plus d'informations.

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

**\* 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.**



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

