

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Semaine 1</p> <p>11 sept. 9 oct. 6 nov. 4 déc. 29 jan. 26 fév. 25 mars 22 avril 20 mai</p>	<p>Poulet au beurre Riz basmati Légumes du jour ---</p> <p>Longe de poisson, sauce au basilic et tomates cerises Riz basmati Légumes du jour</p>	<p>Chili con carne Mini tortillas Salade de maïs ---</p> <p>Omelette fromage, sauce salsa Mini tortillas Salade de maïs</p>	<p>Tortellini au fromage, sauce rosée Mélange de légumes ---</p> <p>Cuisse de poulet BBQ Pommes de terre rôties Mélange de légumes</p>	<p>Hambourgeois au bœuf ou poulet Laitue, tomate et cornichon ---</p> <p>Salade-repas</p>	<p>Pizza au choix Salade du chef</p>
<p>Semaine 2</p> <p>18 sept.. 16 oct. 13 nov. 11 déc. 8 jan. 5 fév. 1 avril 29 avril 27 mai</p>	<p>Saucisses de poulet Purée de pommes de terre Macédoine de légumes ---</p> <p>Quiche du jour Purée de pommes de terre Macédoine de légumes</p>	<p>Pâtes aux tomates et aux trois fromages Légumes du jour ---</p> <p>Assiette kefta, sauce au yogourt Couscous Légumes du jour</p>	<p>Poulet teriyaki Riz basmati Mélange de légumes ---</p> <p>Saumon au miel et Dijon Riz basmati Mélange de légumes</p>	<p>Pâté chinois Légumes du jour ---</p> <p>Salade repas</p>	<p>Sous-marin au poulet chaud césar au poulet</p>
<p>Semaine 3</p> <p>28 août 25 sept. 23 oct. 20 nov. 18 déc. 15 jan. 12 fév. 11 mars 8 avril 6 mai</p>	<p>Poulet Tao Riz blanc Mélange de légumes ---</p> <p>Filet de tilapia, chapelure multigrain Riz blanc Mélange de légumes</p>	<p>Lasagne, sauce à la viande Macédoine de légumes ---</p> <p>Wrap sud-ouest Macédoine de légumes</p>	<p>Cuisse de poulet piri-piri Pommes de terre rôties Légumes du jour ---</p> <p>Salade-repas</p>	<p>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf Maïs en épis Salade de chou</p>	<p>Pizza au choix Salade du jardin</p>
<p>Semaine 4</p> <p>4 sept. 2 oct. 30 oct. 27 nov. 22 jan. 19 fév. 18 mars 15 avril 13 mai</p>	<p>Boulettes à la russe Purée de pommes de terre Légumes fusion ---</p> <p>Bouché marine sud-ouest Purée de pommes de terre Légumes fusion</p>	<p>Fettucine au poulet Alfredo Macédoine de légumes ---</p> <p>Tortilla garnie à la viande, sauce salsa Macédoine de légumes</p>	<p>Poitrine de poulet épicée, trempette au yogourt Riz aux légumes Mélange de légumes ---</p> <p>Croquette de fromage Riz aux légumes Mélange de légumes</p>	<p>Fajitas au poulet, sauce salsa Salade du chef ---</p> <p>Salade repas</p>	<p>Pâtes, sauce à la viande ou végétarien Légumes du jour</p>

Mets principal et salade-repas :

2.70\$

Fruit frais **gratuit** à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !



LE MENU :

- ✓ est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;
- ✓ peut-être sujet à des changements sans préavis;
- ✓ n'est pas sans allergènes.

