


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1</p> <p>11 sept 29 janv 9 oct 25 mars 6 nov 22 avril 4 déc 20 mai</p>	<p>Bœuf Stroganoff Nouilles aux œufs Macédoine 4 légumes</p> <p>Wrap du sud-ouest Macédoine 4 légumes</p>	<p>Tortellinis au fromage, sauce rosée Légumes californiens</p> <p>Chili con carne Pita grillé Maïs</p>	<p>Cuisse de poulet Sauce BBQ Pommes de terre campagnardes Salade de chou</p>	<p>Hambourgeois au bœuf Laitue, tomate et cornichon</p> <p>Couscous végétarien</p>	<p>Pita à l'italienne ou aux deux fromages Crudités</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,70\$</p> <p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 2</p> <p>18 sept 5 fév 16 oct 4 mars 13 nov 1 avril 11 déc 29 avril 8 janv 27 mai</p>	<p>Doigts de poulet, chapelure multigrain Pommes de terre purée Brocolis</p> <p>Bœuf Singapour Vermicelle de riz Brocolis</p>	<p>Pâtes aux tomates et trois fromages Jardinière de légumes</p> <p>Filet de tilapia Gratin dauphinois Jardinière de légumes</p>	<p>Tortilla garnie à la viande Maïs et poivrons rouges Salsa mexicaine</p> <p>Rigatoni à la courge Salade verte</p>	<p>Poulet au beurre Couscous Légumes Montégo</p>	<p>Sous-marin au bœuf garni ou au poulet Laitue ciselée et tomate</p>	
<p>Semaine 3</p> <p>28 août 15 janv 25 sept 12 fév 23 oct 11 mars 20 nov 8 avril 18 déc 6 mai 3 juin</p>	<p>Poulet tao Riz blanc Macédoine californienne</p> <p>Filet de saumon teriyaki croustillant Riz blanc Fleurons de brocoli</p>	<p>Manicotti au fromage, sauce tomate Duo d'haricots</p> <p>Pain de viande, sauce forestière Purée de pommes de terre Duo à d'haricots</p>	<p>Poitrine de poulet piri-piri Pommes de terre rôties Salade du chou</p>	<p>Pâtes, sauce à la viande</p> <p>Petits pains farcis gratinés (végétarien) Salade de bébé épinards et carottes</p>	<p>Sandwich shish taouk express Sauce tzatziki Laitue et tomates</p>	
<p>Semaine 4</p> <p>4 sept 22 janv 2 oct 19 fév 30 oct 18 mars 27 nov 15 avril 13 mai</p>	<p>Fajitas au poulet Salsa Maïs en grain</p> <p>Pâté chinois Légumes du jour</p>	<p>Lasagne sauce à la viande Légumes fusion</p> <p>Bouchées de poisson à la mode du sud Riz Légumes fusion</p>	<p>Pizza (toute garnie, pepperoni à la dinde ou végétarienne) Salade César</p>	<p>Hambourgeois au poulet, chapelure multigrain Laitue et tomate</p> <p>Quiche aux trois fromages Purée de pommes de terre Salade du jardin</p>	<p>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf Épis de maïs Salade de chou</p>	

LE MENU :

est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;

peut être sujet à des changements sans préavis;

n'est pas sans allergènes.