



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Semaine 1 14 sept 29 mars 12 oct 26 avril 9 nov 27 avril 7 déc 24 mai 4 janv 21 juin 1 ^{er} fév	Riz au poulet Rouleau de printemps Sauce chili sucrée Légumes du jour	Tortellinis au fromage, sauce rosée Légumes californiens Chili con carne Minis tortillas Maïs	Poitrine de poulet épicé Trempeur au yogourt Pommes de terre rôties Salade du chou	Hambourgeois au bœuf Pommes de terre en quartiers Laitue, tomate et cornichon Tilapia multigrains Pommes de terre en quartiers et brocoli	Vol-au-vent au poulet Purée de pommes de terre Légumes	Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich ! 
Semaine 2 24 août 11 janv 21 sept 8 fév 19 oct 8 mars 16 nov 5 avril 14 déc 3 mai 31 mai	Tortilla garni à la viande Sauce salsa Maïs et poivrons rouges Filet de saumon, sauce basilic et tomate Riz blanc Brocoli	Cannelloni au fromage, sauce tomate Macédoine californienne Pâté mexicain Riz Macédoine californienne	Pizza (toute garnie, pepperoni à la dinde ou végétarienne) Salade César	Cuisse de poulet BBQ Sauce barbecue Pommes de terre en quartiers Salade de chou	Pâté chinois Légumes du jour Quiche aux trois fromages Pommes de terre rissolées Salade du jardin	LE MENU : ✓ est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires; ✓ peut-être sujet à des changements sans préavis; ✓ n'est pas sans allergènes.
Semaine 3 31 août 15 fév 28 sept 15 mars 26 oct 12 avril 23 nov 10 mai 18 janv 7 juin	Bœuf stroganoff Nouilles aux œufs Macédoine 4 légumes Wrap du sud-ouest et sa sauce Salade	Lasagne sauce à la viande Légumes Bouchées de poisson à la mode du sud Sauce tartare Riz Légumes fusion	Fajitas au poulet Salsa Maïs en grains Rigatonis gratinés à la courge Salade verte	Pita à l'italienne Crudités	Hambourgeois au poulet Pommes de terre en quartiers Laitue, tomate et cornichon	
Semaine 4 7 sept 22 fév 5 oct 22 mars 2 nov 19 avril 30 nov 17 mai 25 janv 14 juin	Poulet Général Tao Riz blanc et brocoli Merlu en croûte de pain au cheddar Sauce tartare Riz blanc et brocoli	Pâtes aux tomates et trois fromages Jardinière de légumes Boulettes de poulet sauce suédoise Nouilles aux œufs Jardinière de légumes	Poulet au beurre Couscous Légumes Montego	Pâtes, sauce à la viande Petits pains farcis gratinés (végétarien) Salade de bébés épinards et carottes	Sandwich shish taouk au poulet Sauce tzatziki Laitue, tomate et oignon	Centre de services scolaire de Montréal Québec

Pour que votre enfant utilise la carte étudiante à la cafétéria, visitez le : <https://portailparents.ca>
 Dans la section « Ressources », cliquez sur « École » pour accéder au site « Ma Cafétéria »