



## Prix du menu du jour

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- lait **OU**
- jus pur à 100 %
- et le dessert

**8,70**

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.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
25 août 22 sept. 20 oct. 17 nov. 15 déc. 26 janv. 23 févr. 23 mars 20 avril 18 mai 15 juin	Soupe poulet et légumes  <b>Veau parmigiana</b>  <b>Tofu Tao<sup>1</sup></b> (A. Bilodeau, sec. 1)  Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César	Soupe aux lentilles  <b>Poulet à la portugaise</b> Orge pilaf  <b>Macaroni au fromage</b>  Jardinière de légumes Salade fusion	Crème de poulet  <b>Assiette grecque</b> (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita)  <b>Poisson-bruschetta</b> Riz à l'ail et origan  Brocoli au beurre Salade grecque	Soupe aux légumes  <b>Pâté chinois</b>  <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  <b>Menu en folie</b>  Carottes persillées Salade jardinière
01 sept. 29 sept. 27 oct. 24 nov. 05 janv. 02 févr. 02 mars 30 mars 27 avril 25 mai	Crème de champignons  <b>Sandwich chaud au poulet</b>  <b>Tofu «Wowbutter»</b> Nouilles de riz  Pois verts Salade du marché	Soupe à l'oignon  <b>Lasagne</b>  <b>Pita de falafels</b>  Courgettes sautées aux herbes Salade César	Soupe minestrone  <b>Poulet teriyaki</b> Couscous  <b>Pâté au saumon, sauce aux œufs</b>  Fleurettes de brocoli Salade d'épinards	Crème de légumes  <b>Burrito à la viande</b>  <b>Cari de pois chiches</b> Riz basmati  Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse	Soupe tomates et quinoa  <b>Pizza au poulet barbecue</b>  <b>Étagé de légumes grillés et ricotta<sup>1</sup></b> (W. Hudon, sec. 2)  Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun
08 sept. 06 oct. 03 nov. 01 déc. 12 janv. 09 févr. 09 mars 06 avril 04 mai 01 juin	Soupe poulet et nouilles  <b>Boulettes de bœuf Shanghai</b> Purée de pommes de terre  <b>Burger de poisson</b>  Légumes à la florentine Salade du chef	Crème de courge  <b>Lanières de porc aigre-doux</b> Quinoa  <b>Casserole de thon</b>  Carottes au cumin Salade californienne	Soupe aux légumes  <b>Sloppy Joe</b>  <b>Omelette aux légumes et fromage</b>  Légumes de Paris Salade du marché	Crème de carottes  <b>Poulet au beurre</b>  <b>Filet de poisson en croûte d'herbes</b>  Riz vapeur Duo de haricots Salade verte au chou rouge	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
15 sept. 13 oct. 10 nov. 08 déc. 19 janv. 16 févr. 16 mars 13 avril 11 mai 08 juin	Soupe bœuf et orge  <b>Parmentier de porc effiloché</b>  <b>Bol végété tex-mex</b> Riz  Légumes racines grillés Salade du marché	Soupe poulet et riz  <b>Pâtes, sauce à la viande/végé</b>  <b>Quinoa aux pois chiches et légumes<sup>1</sup></b> (C. Binet, sec. 1)  Brocoli Salade César	Crème de tomates au basilic  <b>Burger de poulet cajun</b>  <b>Quiche brocoli et fromage</b>  Jardinière de légumes Salade de chou	Crème de navet  <b>Casserole de bœuf épicé et pommes de terre en dés</b>  <b>Gratin jardinière</b>  Mélange fusion Salade méditerranéenne	Soupe bœuf et quinoa  <b>Poulet à la cacciatore</b>  <b>Tacos de poisson (2)</b>  Riz pilaf Pois et carottes Salade de maïs et poivrons

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

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



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

