

SEMAINE 1

24 août
28 sept.
02 nov.
07 déc.
25 janv.
01 mars
05 avril
10 mai
14 juin

SEMAINE 2

31 août
05 oct.
09 nov.
14 déc.
01 févr.
08 mars
12 avril
17 mai

SEMAINE 3

07 sept.
12 oct.
16 nov.
04 janv.
08 févr.
15 mars
19 avril
24 mai

SEMAINE 4

14 sept.
19 oct.
23 nov.
11 janv.
15 févr.
22 mars
26 avril
31 mai

SEMAINE 5

21 sept.
26 oct.
30 nov.
18 janv.
22 févr.
29 mars
03 mai
07 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Soupe Poulet au beurre Riz basmati Omelette fromage et épinards Chou-fleur Salade jardinière	Soupe Parmentier de porc effiloché *Macaroni au fromage Brocoli Salade César	Soupe Burrito de bœuf/végé Filet de poisson croustillant Duo riz et quinoa Carottes aux fines herbes Salade mexicaine	Soupe Cuisse de poulet à la portugaise Quartiers de pommes de terre assaisonnés Pita de saucisses végés Haricots verts Salade fattouche	Soupe Burger de poulet Mayo épicée Tofu Tao Vermicelles de riz Légumes San Francisco grillés au four Salade de chou
Soupe Boulettes de bœuf miel et ail Purée de pommes de terre Quesadilla végété Maïs et poivrons Salade verte	Soupe Spaghetti Pain à l'ail *Gratin jardinier Légumes parisiens Salade César	Soupe Bouchées de poulet croustillant épicé Quartiers de pommes de terre Frittata à l'italienne Carottes glacées Salade César	Soupe Pâté chinois/végé Poisson à la tomate et mozzarella Orzo pesto Betteraves Salade jardinière	Soupe Assiette grecque <i>(riz, porc mariné, pointe de pita, sauce tzatziki)</i> Chili végétarien Pointe de pita Fleurons de brocoli Salade méditerranéenne
Soupe Pilons de poulet barbecue Pommes de terre grelots Burger aux haricots noirs et sauce chipotle Macédoine de légumes Salade de carottes et chou	Soupe Bifteck, sauce à la lyonnaise Purée de pommes de terre Lasagne Sauce végété style bolognaise Petits pois verts Salade César	Soupe Casserole de thon Pita taco végété Fleurons de brocoli Salade du marché	Soupe Poulet crémeux à la moutarde Riz brun au citron Cocotte brunch <i>(œufs brouillés, cubes de PdT, oignons verts, fromage, sauce hollandaise)</i> Duo de haricots Salade d'épinards et radis	Soupe Veau parmigiana *Cari de pois chiches, lentilles et coco Nouilles aux œufs Mélange Soleil levant Salade du chef
Soupe Pita à l'italienne Quiche aux légumes et fromage Légumes parisiens Salade jardinière	Soupe Pâté mexicain *Tortellinis, sauce rosée Salade italienne	Soupe Casserole de bœuf Riz pilaf *Fajita aux légumes et tofu Légumes grillés au four Salade César	Soupe Sloppy joe Sauté de pâtes à la thaïe végété Crudités Salade de pâtes	Soupe Cuisse de poulet jerk Cubes de patates assaisonnés *Pâté au saumon Sauce aux œufs Carottes au cumin Salade arcadienne
Soupe Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz Petits pois verts Salade du chef	Soupe Pain de viande glacé Purée de pommes de terre *Pâtes sauce Alfredo Fleurons de brocoli Salade méditerranéenne	Soupe Roulade de poisson à la florentine Riz au curcuma Pommes de terre garnies végété Zucchinis frais au four Salade de carottes	Soupe Poulet salsa Pâtes pesto *Wrap aux patates douces et haricots noirs Chou-fleur au curcuma Salade	Soupe Farfalles crémeuses au bœuf et tomates Pizza végétarienne Mélange de légumes californiens Salade César

Prix du menu du jour

Comprends :

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

8,95 \$

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



Visitez-le

www.cartecaf-zipthru.ca/
pour plus d'informations.

Choix de menu en ligne aussi disponible dans certains établissements scolaires.



Consultez

masolutionrepas.ca/
ou renseignez-vous auprès de votre cafétéria!



***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.**