

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|--|---|---|---|
| <p>Semaine 1</p> <p>12 sept. 27 mars 10 oct. 24 avril 7 nov. 22 mai 5 déc. 30 jan.</p> | <p>Poulet Teriyaki Riz basmati Légumes de fusion ---</p> <p>Bouchées de poisson à la mode du sud Riz basmati Légumes de fusion</p> | <p>Pâtes gratinées Légumes du jour</p> | <p>Cuisse de poulet BBQ Pommes de terre en quartiers Salade de chou</p> | <p>Hambourgeois au bœuf ou poulet Laitue, tomate et cornichon</p> | <p>Pizza au choix Salade du chef</p> |
| <p>Semaine 2</p> <p>19 sept. 6 fév. 17 oct. 6 mars 14 nov. 3 avril 12 déc. 1 mai 9 jan. 29 mai</p> | <p>Tilapia multigrain Couscous carotte et curcuma Macédoine soleil levant ---</p> <p>Fajitas au poulet, sauce salsa Légumes du jour</p> | <p>Tortellini au fromage, sauce rosée Légumes de fusion</p> | <p>Pita à l'italienne ou florentine Salade du jardin</p> | <p>Poitrine de poulet épicée, avec trempette au yogourt Pâtes au pesto Légumes du jour</p> | <p>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf Maïs en épi Salade de chou</p> |
| <p>Semaine 3</p> <p>29 août 13 fév. 26 sept. 13 mars 24 oct. 10 avril 21 nov. 8 mai 19 déc. 5 juin 16 jan.</p> | <p>Poulet Tao Riz blanc Légumes du jour ---</p> <p>Poisson, sauce basilic et tomates cerises Riz blanc Légumes du jour</p> | <p>Pâtes, sauce à la viande ou sauce végétarienne</p> | <p>Poitrine de poulet piri-piri Pommes de terre rôties persillées Salade de chou</p> | <p>Pâté chinois Légumes du jour ---</p> <p>Salade repas</p> | <p>Sandwich shish taouk express au poulet, sauce tzatziki</p> |
| <p>Semaine 4</p> <p>5 sept. 20 fév. 3 oct. 20 mars 31 oct. 17 avril 28 nov. 15 mai 23 jan. 12 juin</p> | <p>Pâtes aux tomates et trois fromages Macédoine soleil levant ---</p> <p>Longe de saumon, sauce à l'aneth et au citron Riz basmati Macédoine soleil levant</p> | <p>Gyro au bœuf et agneau, sauce tzatziki Pain pita Légumes du jour</p> | <p>Poulet à la méditerranéenne Couscous Légumes de fusion</p> | <p>Chili con carne ou végétarien Pita assaisonnée Salade de maïs</p> | <p>Sous-marin chaud césar au poulet</p> |

Mets principal et salade-repas :

2,55\$

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.

