


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1</p> <p>12 sept 30 janv 10 oct 27 mars 7 nov 24 avril 5 déc 22 mai</p>	<p>Poulet au lait de coco</p> <p>Tilapia Multigrain</p> <p>Riz basmati Duo de carottes tranchées</p>	<p>Pâtes, sauce bolognaise</p> <p>Pâté au saumon Sauce aux œufs Macédoine soleil levant</p>	<p>Sous-marin chaud au poulet César</p> <p>Pita à la florentine (fêta et épinards)</p> <p>Salade César</p>	<p>Cuisse de poulet Piri Piri Riz à la créole Pois et carottes</p> <p>Macaroni au fromage 2.0 Salade d'épinards</p>	<p>Hambourgeois au bœuf</p> <p>Laitue et tomates</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,55\$</p> <p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 2</p> <p>19 sept 6 fév 17 oct 6 mars 14 nov 3 avril 12 déc 1 mai 9 janv 29 mai</p>	<p>Penne aux boulettes Sauce pomodoro Légumes du jour</p> <p>Croque-thon Salade verte</p>	<p>Vol-au-vent au poulet Duo de courgettes</p> <p>Petits pains farcis gratinés Salade de chou</p>	<p>Poulet tao Riz à l'orientale Légumes Montégo</p> <p>Croquette de fromage sur pain au sésame Salade du marché</p>	<p>Chili con Carne Riz vert Maïs</p> <p>Tortilla chaud tomates séchées et ricotta Salade jardinière</p>	<p>Pizza (3 choix)</p> <p>Salade César</p>	
<p>Semaine 3</p> <p>29 août 16 janv 26 sept 13 fév 24 oct 13 mars 21 nov 10 avril 19 déc 8 mai 5 juin</p>	<p>Assiette grecque Pita et tzatziki</p> <p>Filet de saumon grillé, sauce vierge Riz basmati Macédoine soleil levant</p>	<p>Spaghetti, sauce à la viande</p> <p>Risotto végétarien Duo de carottes tranchées</p>	<p>Saucisses de dinde Pommes de terre rôties et persillade</p> <p>Wrap sud-ouest Mayonnaise épicée Légumes mexicains</p>	<p>Sandwich cubain Salade du chef</p> <p>Tortellinis au fromage, sauce rosée Légumes du jour</p>	<p>Hambourgeois de poulet, chapelure multigrain</p> <p>Salade jardinière</p>	
<p>Semaine 4</p> <p>5 sept 23 janv 3 oct 20 fév 31 oct 20 mars 28 nov 17 avril 15 mai</p>	<p>Pâté chinois</p> <p>Bouchées de poisson à la mode du sud-ouest Couscous au curcuma Légumes fusion</p>	<p>Pâtes aux tomates et aux trois fromages</p> <p>Bœuf Stroganoff Nouilles aux œufs Légumes Montégo</p>	<p>Poulet au beurre Riz basmati Duo de haricots</p> <p>Chili végétarien Pitas assaisonnés Crème sûre Salade de maïs</p>	<p>Sandwich chaud à la mexicaine Salade du marché</p> <p>Rigatonis gratinés à la courge Pois et carottes</p>	<p>Hot-dogs au poulet</p> <p>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.