

25 août  
22 sept.  
20 oct.  
17 nov.  
15 déc.  
26 janv.  
23 févr.  
23 mars  
20 avril  
18 mai  
15 juin

01 sept.  
29 sept.  
27 oct.  
24 nov.  
05 janv.  
02 févr.  
02 mars  
30 mars  
27 avril  
25 mai

08 sept.  
06 oct.  
03 nov.  
01 déc.  
12 janv.  
09 févr.  
09 mars  
06 avril  
04 mai  
01 juin

15 sept.  
13 oct.  
10 nov.  
08 déc.  
19 janv.  
16 févr.  
16 mars  
13 avril  
11 mai  
08 juin



## Prix du menu du jour

Comprend :

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

**6,65 \$**

## LES JETONS-REPAS

Vous avez la possibilité de profiter des **jetons-repas «Chartwells»** pour le dîner de votre adolescent à la cafétéria.

L'achat de jetons permet d'obtenir un **repas complet** compris dans le menu du jour (4 articles).

## OÙ VOUS LES PROCURER?

Sur l'heure du dîner ou à la pause, votre enfant pourra aller voir notre responsable à la cafétéria.

-Soit avec un **chèque payable au nom du «Groupe Compass (Québec) Itée».**

-Soit avec le **montant en argent**. Une enveloppe lui sera remise contenant **10 jetons-repas**.

**Prix pour l'achat de 10 JETONS : 66,50 \$**



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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEMAINE 1	<p>Soupe poulet et légumes  Veau parmigiana  *Tofu Tao<sup>1</sup> (A. Bilodeau, sec. 1)  Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César</p>	<p>Soupe aux lentilles  Cuisse de poulet à la portugaise Orge pilaf  Macaroni au fromage  Jardinière de légumes Salade fusion</p>	<p>Crème de poulet  Assiette grecque (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita)  Poisson-bruschetta Riz à l'ail et origan  Brocoli au beurre Salade grecque</p>	<p>Soupe aux légumes  Pilons de poulet croustillant en croute d'épices Pommes de terre rôties  Wrap aux patates douces et haricots noirs  Légumes mexicains Salade de chou</p>	<p>Crème de brocoli  Bifteck, sauce à la lyonnaise Purée de pommes de terre  *Sandwich Banh-mi<sup>1</sup> (M.-È. Gonthier, enseignante)  Carottes persillées Salade jardinière</p>
SEMAINE 2	<p>Crème de champignons  Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond  *Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz  Pois verts Salade du marché</p>	<p>Soupe à l'oignon  Lasagne  Pita de falafels  Courgettes sautées aux herbes Salade César</p>	<p>Soupe minestrone  Poulet teriyaki Couscous  Pâté au saumon, sauce aux œufs  Fleurettes de brocoli Salade d'épinards</p>	<p>Crème de légumes  Burrito à la viande  *Cari de pois chiches Riz basmati  Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse</p>	<p>Soupe tomates et quinoa  Pizza au poulet barbecue  Étagé de légumes grillés et ricotta<sup>1</sup> (W. Hudon, sec. 2)  Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun</p>
SEMAINE 3	<p>Soupe poulet et vermicelles  Boulettes de bœuf Shanghai Purée de pommes de terre  Dahl à l'indienne Demi-pain naan  Légumes à la florentine Salade du chef</p>	<p>Crème de courge  Lanières de porc aigre-doux Quinoa  Casserole de thon  Carottes au cumin Salade californienne</p>	<p>Soupe aux légumes  Pita à l'italienne  *Omelette aux légumes et fromage  Légumes de Paris Salade du marché</p>	<p>Crème de carottes  Poulet au beurre  Filet de poisson en croute d'herbes  Riz vapeur Duo de haricots Salade verte au chou rouge</p>	<p>Soupe à l'orientale  Assiette chinoise Riz frit au soya  Wrap au chili végétarien<sup>1</sup> (V. Fournier, enseignante)  Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes</p>
SEMAINE 4	<p>Soupe bœuf et orge  Parmentier de porc effiloché  Bol végé tex-mex Riz  Légumes racines grillés Salade du marché</p>	<p>Soupe poulet et riz  Pâtes, sauce à la viande  *Quinoa aux pois chiches et légumes<sup>1</sup> (C. Binet, sec. 1)  Brocoli Salade César</p>	<p>Crème de tomates au basilic  Burger de poulet cajun  Quiche brocoli et fromage  Jardinière de légumes Salade de chou</p>	<p>Crème de navet  Casserole de bœuf épice et pommes de terre en dés  *Gratin jardinière  Mélange fusion Salade méditerranéenne</p>	<p>Soupe bœuf et quinoa  Poulet à la cacciatora  Tacos de poisson (2)  Riz pilaf Pois et carottes Salade de maïs et poivrons</p>

\*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.

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

