













MENU CAFÉTÉRIA OCTOBRE 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		1 Chili servi avec tortillas au four	2 Spaghetti sauce « Suzette » avec salade césar et pain à l'ail	3 Tacos au poulet (tortillas de blé entier), salade, tomates, avocat, maïs	4 	5 
6 Poulet grillé, purée de pommes de terre et carottes avec légumes vapeur.	7 Pizza pepperoni & fromage avec crudités (poivrons, céleri) et trempette maison	8 Couscous au poulet et légumes (style marocain)	9 Poisson (tilapia) avec riz basmati et légumes vapeur (haricots verts)	10 Shawarma avec riz blanc et légumes au four	11 	12 
13 Congé pour tous 	14 Fettuccini alfredo brocoli et poulet avec pain à l'ai	15 Ragoût de bœuf avec légumes au four	16 Pizza pepperoni & fromage avec crudités (poivrons, céleri) et trempette maison	17 Poulet Shish Taouk avec patate à l'ail et riz aux légumes	18 	19 
20 Macaroni à la viande style « mac & cheese » avec salade césar	21 Boulettes de porc, sauce brune avec salade de quinoa et poivrons colorés	22 Poisson au four avec purée de légumes et salade carottes & raisins	23 Poutine poulet popcorn, salade de chou et légumes blanchis	24 Journée pédagogique 	25 	26 
27 Lasagne aux légumes et à la viande avec salade du chef	28 Poulet grillé avec purée de pommes de terre et légumes vapeur	29 Boulettes de porc sauce brune et gratin de pommes de terre	30 Général Tao, riz blanc et sauté de légumes	31 Repas thématique Spécial Halloween	Prix : 7,00\$ chaque repas Carte-repas (10) 66,00\$ Carte-repas (20) 126,00\$ Paieement Interac à pleinsaveurs@gmail.com mot de passe : cafeteria	

Tous les repas sont accompagnés d'un dessert du chef et d'une boisson au choix parmi du lait de l'eau et du jus. En tout temps, disponibilité de fruits frais au choix.

Version sans gluten et/ou sans lactose disponible avec réservation de 24 heures minimum.

Service de collations au prix de 1,00\$ chacune. (Pommes, mandarine, clémentine, mini-yogourt, carottes, mini-muffins, craquelins, mini gaufres, galettes, etc.)