

Semaine 1

24 août
28 septembre
2 novembre
7 décembre

Semaine 2

31 août
5 octobre
9 novembre
14 décembre

Semaine 3

7 septembre
12 octobre
16 novembre

Semaine 4

14 septembre
19 octobre
23 novembre

Semaine 5

21 septembre
26 octobre
30 novembre

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Crème de brocoli	Chaudrée de maïs végétarienne	Soupe Noces à l'italienne	Potage de carottes	Soupe poulet et riz
Bol de penne aux épinards et au poulet Ragoût de lentilles et de courge musquée 	Filet de sole grillé Enchilada aux haricots baja 	Poulet au beurre Tofu au cari et à la noix de coco 	Chili au bœuf et à la dinde Raviolis au fromage et au brocoli, sauce Alfredo 	Pizza au pepperoni Pizza au fromage 
Riz brun et salade verte	Fleurons de brocoli vapeur et quartiers de patates douces	Riz et choux-fleurs	Chips de maïs (avec chili) et salade verte	Frites et salade verte
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Potage aux légumes	Crème de tomate	Soupe à la dinde et à l'orge	Soupe au bœuf et aux légumes	Soupe au poulet, orzo et citron
Boulettes de viande teriyaki Chili végétarien aux haricots 	Pain plat au souvlaki de poulet Sandwich au fromage fondu 	Bar à pâtes Garniture surprise 	Pilons de poulet glacés au miel Tofu au miel 	Wrap au poulet césar Macaroni aux quatre fromages 
Riz et haricots verts	Quartiers de pommes de terre à la grecque	Pain à l'ail et salade verte	Purée de pommes de terre au cheddar et maïs grillé	Frites (avec wrap) et salade
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Soupe au poulet, riz et gingembre	Soupe florentine à la tomate et riz	Soupe au poulet et nouilles	Crème de brocoli	Soupe aux légumes et orzo
Macaroni à la viande Pâté chinois végétarien 	Filet de sole grillé Ragoût de pois chiches 	Sandwich au poulet effiloché Linguines Alfredo 	Boeuf teriyaki Casserole de légumes et pâtes 	Fajitas au poulet Fajitas au tofu 
Salade verte	Riz et légumes rôtis	Patates douces cajun et brocolis	Nouilles Yet-Ca-Mein (avec boeuf) et salade verte	Riz brun à la mexicaine et maïs grillé
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Soupe au poulet et aux légumes	Soupe au boeuf et aux légumes	Potage à la courge	Crème de tomate	Soupe aux légumes à l'italienne
Nouilles Hunan au porc épicé Bol repas de falafels et riz brun 	Pâté au poulet Quiche au brocoli et cheddar 	Spaghetti à la viande Spaghetti marinara et légumes au pesto 	Poulet BBQ à la texane Salade d'orzo aux épinards et fromage feta 	Burritos au boeuf Wrap au chou-fleur et lentilles 
Nouilles chinoises et brocolis	Pommes de terres rôties et mélange de légumes	Salade verte et pain à l'ail	Pommes de terre à la grecque et mélange de légumes	Maïs aztèque et riz coriandre-lime
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Potage aux légumes	Crème de champignon	Soupe aux légumes et pesto	Crème de tomate	Soupe aux légumes et orzo
Pâté chinois Sauté de tofu aux légumes et riz 	Bol repas au poulet Quésadilla aux haricots noirs et fromage 	Riz frit au porc Riz frit aux légumes 	Hamburger de boeuf Hamburger végétarien aux haricots noirs 	Poulet grillé Muffuletta aux légumes rôtis 
Salade verte	Pilaf de quinoa et maïs grillé à l'ail	Rouleaux impériaux aux légumes	Frites et salade de choux	Quinoa et mélange de légumes grillés
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

Tarifs

Repas présco./primaire :

8.65\$

Repas secondaire :

9.15\$

Plan-repas annuel

Épargnez à l'achat du plan annuel!

Préscolaire/primaire :

1356.00\$

Secondaire :

1273.50\$

Blocs-repas prim./sec.

10 repas : 86\$/91\$

40 repas : 341\$/359\$

80 repas : 673\$/710\$

Diners Dollars

Montant ajouté à la carte-repas de votre enfant de niveau secondaire qui lui permet de faire ses propres achats à la cafétéria.

ENTRÉE Soupe ou salade
PLAT PRINCIPAL 2 choix
FÉCULENTS ET LÉGUMES
DESSERT

 Plat végétarien