



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1</p> <p>16 sept 3 fév 14 oct 30 mars 11 nov 27 avril 9 déc 25 mai 6 janv</p>	<p>Pâtes aux tomates et trois fromages Pois mange-tout – Poisson à l'italienne Gratin dauphinois Pois mange-tout</p>	<p>Croque-monsieur (jambon ou dinde) Salade mixte – Quiches variées Salade mixte</p>	<p>Poulet piri-piri Pommes de terre rôties en persillade Macédoine californienne – Salade-repas</p>	<p>Pâté chinois – Aiglefin panko, sauce à l'aneth Quinoa au cari et légumes Haricots verts entiers</p>	<p>Sous-marin aux boulettes italiennes Salade du jardin –</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,25\$</p> <p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 2</p> <p>26 août 23 sept 10 fév 21 oct 9 mars 18 nov 6 avril 16 déc 4 mai 13 janv 1 juin</p>	<p>Poulet Tao Riz basmati Bouquets de brocoli – Croque-thon Bouquets de brocoli</p>	<p>Tortellini au fromage, sauce rosée Légumes cocktail – Pâté au saumon, sauce aux œufs Pommes de terre purée Légumes cocktail</p>	<p>Hambourgeois au poulet Laitue/tomate/cornichon – Mini tacos au quinoa Chou rouge/laitue/tomate Mayonnaise sriracha</p>	<p>Poitrine de poulet épicée, trempette au yogourt Pommes de terre rôties Maïs – Wrap du sud-ouest, sauce du sud-ouest Maïs</p>	<p>Spaghetti, sauce à la viande</p>	
<p>Semaine 3</p> <p>2 sept 17 fév 30 sept 16 mars 28 oct 13 avril 25 nov 11 mai 20 janv 8 juin</p>	<p>Doigts de poulet Pommes de terre quartiers Carottes en bâtonnets – Rigatoni gratiné à la courge Carottes en bâtonnets</p>	<p>Hambourgeois au bœuf sur pain brioché Laitue/tomate/cornichon – Hambourgeois végétariens tex mex sur pain brioché Laitue/tomate/cornichon</p>	<p>Lasagne à la viande Légumes soleil levant – Lasagne végétarienne Légumes soleil levant</p>	<p>Sandwich chaud césar au poulet – Poisson au fromage Pommes de terre rondes Salade césar</p>	<p>Pizzas variées Salade</p>	<p>LE MENU :</p> <p>est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;</p> <p>peut être sujet à des changements sans préavis;</p> <p>n'est pas sans allergènes.</p>
<p>Semaine 4</p> <p>9 sept 24 fév 7 oct 23 mars 4 nov 20 avril 2 déc 18 mai 27 janv 15 juin</p>	<p>Saucisses grillées au poulet Pommes de terre purée Légumes du jour – Macaroni au fromage Légumes du jour</p>	<p>Sous-marin au bœuf garni – Saumon grillé Couscous aux carottes et curcuma Chou-fleur au gratin</p>	<p>Poulet au beurre Riz Macédoine 4 légumes – Calzone aux légumes et fromage Macédoine 4 légumes</p>	<p>Filet de tilapia multigrains Brocoli et pommes de terre au gratin – Riz au poulet et légumes</p>	<p>Spaghetti, sauce à la viande</p>	 <p>Commission scolaire de Montréal</p>