

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1 11 sept. 9 oct. 6 nov. 4 déc. 29 jan. 26 févr. 25 mars, 22 avril 20 mai</p>	<p>Saucisses de poulet, sauce brune ou Saumon grillé à l'ail Sauce aneth et citron</p> <p>Purée de pommes de terre Macédoine 4 légumes</p>	<p>Poulet Tao</p> <p>Riz basmati Brocoli fleurettes</p>	<p>Spaghetti, sauce à la viande ou Spaghetti, sauce rosée avec légumes Montégo</p>	<p>Cuisses de poulet BBQ ou Poisson à l'Italienne</p> <p>Pommes de terre rôties Salade de chou</p>	<p>Pizzas variées Salade César</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,70 \$</p> <p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 2 18 sept. 16 oct. 13 nov. 11 déc. 8 jan. 5 fév. 1 avril. 29 avril 27 mai</p>	<p>Tortillas garni à la viande de bœuf/salsa Légumes fusion ou Bouchées de poisson à la mode du sud Sauce sud-ouest Couscous Légumes fusion</p>	<p>Poulet Tériyaki</p> <p>Riz blanc Duo d'haricots verts/jaunes</p>	<p>Pâtes aux tomates et trois fromages Mélange de légumes soleil levant</p>	<p>Sous-marin chaud César au poulet Salade César</p>	<p>Hambourgeois au bœuf ou Hambourgeois végétarien avec mayonnaise au pesto</p> <p>Avec laitue/tomate/cornichon</p>	
<p>Semaine 3 25 sept. 23 oct. 20 nov. 18 déc. 15 janv. 12 fév. 11 mars, 8 avril, 6 mai</p>	<p>Bouchées de poulet ou Médailles de poisson /Sauce citronnée</p> <p>Riz aux fines herbes Macédoine 4 légumes</p>	<p>Poitrine de poulet piri-piri</p> <p>Pommes de terre rôties en persillade Brocoli fleurettes</p>	<p>Rigatoni, sauce à la viande ou Rigatoni, sauce tomate jardinière au gratin avec légumes Montégo</p>	<p>Fajitas au poulet Salsa Salade de maïs ou Longe de poisson blanc au gratin Riz Salade de maïs</p>	<p>Pizzas variées Salade César</p>	
<p>Semaine 4 2 oct. 30 oct. 27 nov. 22 jan. 19 fév. 18 mars, 15 avril, 13 mai</p>	<p>Boulettes de veau à la Russe ou Tilapia multigrains</p> <p>Purée de pommes de terre Duo d'haricots verts/jaunes</p>	<p>Poulet au beurre</p> <p>Couscous aux carottes et curcuma Chou-fleur au cari</p>	<p>Macaroni au fromage Mélange de légumes soleil levant ou Salade repas : salade César au poulet</p>	<p>Pâté chinois Carottes tranchées ou Omelette au fromage /Salsa</p> <p>Pommes de terre en quartiers Carottes tranchées</p>	<p>Hambourgeois au poulet ou Hambourgeois végétarien avec mayonnaise au pesto</p> <p>Avec laitue/tomate/cornichon</p>	

LE MENU :

est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;

peut-être sujet à des changements sans préavis;

n'est pas sans allergènes.