


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p><b>Semaine 1</b></p> <p>14 sept 1 fév 13 oct 29 mars 9 nov 26 avril 7 déc 25 mai 4 janv</p>	<p>Lasagne Sauce à la viande Salade du chef</p>	<p>Poitrine de poulet épicée Trempe de yogourt Riz persillé Carottes en rondelles</p>	<p>Sandwich à la côte levée de bœuf Sauce barbecue Maïs en grains - Salade César au poulet</p>	<p>Tilapia chapelure multigrain Sauce tartare Pommes de terre tranchées Brocolis au gratin</p>	<p>Fajitas de poulet Salsa Macédoine mexicaine <b>ou</b> Poulet au lait de coco Quinoa Macédoine mexicaine</p>	<p><b>Mets principal et salade-repas :</b></p> <p><b>2,35\$</b></p> <p>Fruit frais <b>gratuit</b> à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p><b>Semaine 2</b></p> <p>27 août 8 fév 21 sept 8 mars 19 oct 6 avril 16 nov 3 mai 14 déc 31 mai 11 janv</p>	<p>Poulet à la Général Tao Riz basmati Légumes asiatiques</p>	<p>Pizzas variées Salade du chef</p>	<p>Sandwich tout garni au bœuf - Salade grecque</p>	<p>Filet de poisson croustillant Orge pilaf Légumes du jour  <b>ou</b> Coquille St-Jacques Légumes du jour</p>	<p>Calzone au fromage et aux tomates séchées Salade verte  <b>ou</b> Calzone bœuf et fromage</p>	
<p><b>Semaine 3</b></p> <p>31 août 15 fév 28 sept 15 mars 26 oct 12 avril 23 nov 10 mai 18 janv 7 juin</p>	<p>Pâtes au poulet Alfredo Légumes</p>	<p>Assiette kefta (boulettes de bœuf) Couscous Légumes du jour Sauce au yogourt</p>	<p>Hambourgeois au poulet Chapelure multigrain <b>ou</b> Hambourgeois au boeuf Laitue et tomates  - Salade de thon</p>	<p>Bouchées de poulet Chapelure multigrain Sauce BBQ Pommes de terre campagnardes Jardinière de légumes</p>	<p>Saumon à la cajun Riz aux herbes Macédoine de légumes</p>	
<p><b>Semaine 4</b></p> <p>8 sept 22 fév 5 oct 22 mars 2 nov 19 avril 30 nov 17 mai 25 janv</p>	<p>Poulet au beurre Riz basmati Légumes</p>	<p>Pizzas variées Salade du chef</p>	<p>Sandwich cubain au porc effiloché Salade de chou  - Bol Bouddha</p>	<p>Chili con carne Mini tortillas Maïs</p>	<p>Spaghetti Sauce à la viande</p>	

**LE MENU :**

est élaboré par les  
nutritionnistes des  
services  
alimentaires;

peut être sujet à  
des changements  
sans préavis;

n'est pas sans  
allergènes.

