


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p><b>Semaine 1</b></p> <p>17 sept 4 fév 15 oct 1 avril 12 nov 29 avril 10 déc 27 mai 7 jan</p>	<p><b>Fettucini au poulet, sauce Alfredo</b> Légumes kalebenzo</p> <p><b>Tilapia, chapelure multigrain</b> Pommes de terre campagnardes Légumes kalebenzo</p>	<p><b>Chili con carne</b> Mini tortillas Crème sûre Salade de maïs</p> <p><b>Vol-au-vent au poulet</b> Purée de pommes de terre Légumes du jour</p>	<p><b>Hambourgeois au bœuf ou au poulet chapelure multigrain</b> Laitue et tomate</p> <p><b>Salade-repas</b></p>	<p><b>Penne aux boulettes de veau, sauce pomodoro</b> Légumes soleil-levant</p> <p><b>Frittata mexicaine</b> Pommes de terre rôties Salade du chef</p>	<p><b>Pizza toute garnie (pepperoni à la dinde) ou à la grecque</b> Salade à la grecque</p>	<p><b>Mets principal et salade-repas : 2,10\$</b></p> <p><b>Salade en pot : promotion à 3,10\$</b></p>
<p><b>Semaine 2</b></p> <p>27 août 24 sept 11 fév 22 oct 11 mars 19 nov 8 avril 17 déc 6 mai 14 jan 3 juin</p>	<p><b>Poulet teriyaki</b> Riz basmati Légumes asiatiques</p> <p><b>Filet de saumon, sauce au basilic et aux tomates cerises</b> Riz basmati Légumes du jour</p>	<p><b>Pâtes aux tomates et aux trois fromages</b> Légumes montego</p> <p><b>Saucisses de poulet</b> Purée de pommes de terre Jardinière de légumes</p>	<p><b>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf</b> Salade de chou</p> <p><b>Salade en pot (asiatique au poulet ou à la grecque)</b></p>	<p><b>Poitrine de poulet épicée</b> Sauce au yogourt Pitas au four assaisonnés Salade du marché</p> <p><b>Quiches au choix</b> Salade du marché</p>	<p><b>Lasagne, sauce à la viande</b> Salade César</p>	<p><b>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</b></p>
<p><b>Semaine 3</b></p> <p>3 sept 18 fév 1<sup>er</sup> oct 18 mars 29 oct 15 avril 26 nov 13 mai 21 jan</p>	<p><b>Bouchées de poulet</b> Pommes de terre rôties Légumes du jour</p> <p><b>Poisson à l'italienne</b> Pommes de terre rôties Légumes du jour</p>	<p><b>Spaghetti, sauce à la viande</b></p> <p><b>Pita à la florentine (fromage feta et épinard)</b> Salade du chef</p>	<p><b>Poulet tao</b> Riz basmati Fleurons de brocolis</p> <p><b>Salade-repas</b></p>	<p><b>Tortilla garnie au bœuf</b> Salsa Légumes mexicains</p> <p><b>Gratin de pâtes au thon</b> Légumes mexicains</p>	<p><b>Pizza toute garnie (pepperoni à la dinde) ou végétarienne aux légumes</b> Salade du chef</p>	<p></p> <p><b>LE MENU :</b></p>
<p><b>Semaine 4</b></p> <p>10 sept 25 fév 8 oct 25 mars 5 nov 22 avril 3 déc 20 mai 28 jan 10 juin</p>	<p><b>Cuisse de poulet</b> Pommes de terre campagnardes Macédoine de légumes</p> <p><b>Poisson gratiné, sauce aux champignons</b> Pommes de terre campagnardes Macédoine de légumes</p>	<p><b>Pâté chinois</b></p> <p><b>Tortellinis, sauce rosée</b> Légumes du jour</p>	<p><b>Fajitas au poulet et poivrons sautés</b> Salsa Salade de maïs</p> <p><b>Salade-repas</b></p>	<p><b>Sous-marin au poulet grillé</b> Salade César</p> <p><b>Macaroni au fromage</b> Légumes du jour</p>	<p><b>Pâtes, sauce à la viande</b></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>