


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p><b>Semaine 1</b></p> <p>11 sept 29 janv 9 oct 25 mars 6 nov 22 avril 4 déc 20 mai</p>	<p><b>Hamburger de poulet</b></p> <p><b>Croque-thon</b></p> <p>Salade du chef</p>	<p><b>Pâté à la mexicaine</b></p> <p><b>Enroulé aux légumes et fromage</b></p> <p>Salade de chou</p>	<p><b>Cuisse de poulet piri-piri</b> Pommes de terre en quartiers</p> <p><b>Coquille St-Jacques</b> Légumes du jour</p>	<p><b>Penne sauce à la viande</b></p> <p><b>Lasagne végétarienne</b> Légumes Soleil levant</p>	<p><b>Poulet tao</b></p> <p><b>Tofu tao</b></p> <p>Riz basmati Brocolis fleurettes</p>	<p><b>Mets principal : 2,70 \$</b></p> <p><b>Fruit frais gratuit</b> à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p><b>Semaine 2</b></p> <p>18 sept 5 fév 16 oct 4 mars 13 nov 1 avril 11 déc 29 avril 8 janv 27 mai</p>	<p><b>Wrap sud-ouest</b></p> <p><b>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf</b></p> <p>Salade de chou et carottes et épi de maïs</p>	<p><b>Salade de pâtes à la grecque</b></p> <p><b>Saumon sauce basilic et tomates cerises</b> Riz pilaf Légumes Montégo</p>	<p><b>Sous-marin au poulet César</b></p> <p><b>Petits pains galette tex-mex</b> Salade César</p>	<p><b>Pizza au choix</b> (Pepperoni à la dinde et fromage ou à la grecque)</p> <p>Salade du marché</p>	<p><b>Poulet au beurre</b></p> <p><b>Tilapia panure multigrain</b></p> <p>Riz basmati Duo de haricots</p>	
<p><b>Semaine 3</b></p> <p>28 août 15 janv 25 sept 12 fév 23 oct 11 mars 20 nov 8 avril 18 déc 6 mai 3 juin</p>	<p><b>Bouchées de poulet, chapelure multigrain</b></p> <p><b>Bâtonnets végé parmigiana</b></p> <p>Pâtes au pesto Duo de carottes tranchées</p>	<p><b>Nouilles au veau Singapour</b></p> <p><b>Bouchées de poisson à la mode du sud</b> Pommes de terre rôties Légumes Montégo</p>	<p><b>Fajitas au poulet</b></p> <p><b>Quesadillas végétariennes</b> Maïs en grains</p>	<p><b>Hamburger de boeuf</b></p> <p><b>Hamburger tex-mex</b></p> <p>Laitue, tomates et cornichons</p>	<p><b>Tortellinis, sauce rosée</b></p> <p>Légumes fusion</p>	
<p><b>Semaine 4</b></p> <p>4 sept 22 janv 2 oct 19 fév 30 oct 18 mars 27 nov 15 avril 13 mai</p>	<p><b>Scoobidoo aux tomates et trois fromages</b></p> <p>Légumes du jour</p>	<p><b>Mini tacos au quinoa</b> Salade César</p> <p><b>Salade César au poulet</b></p>	<p><b>Bœuf stroganoff</b> Nouilles aux œufs persillées</p> <p><b>Quiches aux épinards et fromage</b> Macédoine de légumes</p>	<p><b>Shish Taouk</b></p> <p><b>Falafels</b></p> <p>Laitue, tomate, oignons rouges</p>	<p><b>Calzone végétarien</b></p> <p><b>Calzone cheeseburger</b> Salade du chou</p>	

**LE MENU :**

est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;

peut être sujet à des changements sans préavis;

n'est pas sans allergènes.