

Semaine 1

22 août 20 févr.
19 sept. 20 mars
17 oct. 17 avril
14 nov. 15 mai
12 déc. 12 juin
23 janv.

Semaine 2

29 août 27 févr.
26 sept. 27 mars
24 oct. 24 avril
21 nov. 22 mai
19 déc. 19 juin
30 janv.

Semaine 3

05 sept. 06 févr.
03 oct. 06 mars
31 oct. 03 avril
28 nov. 1^{er} mai
09 janv. 29 mai

Semaine 4

12 sept. 13 févr.
10 oct. 13 mars
07 nov. 10 avril
05 déc. 08 mai
16 janv. 05 juin

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Soupe poulet et légumes</p> <p>Bifteck, sauce lyonnaise</p> <p>Omelette grecque</p> <p>Purée de pommes de terre Pois et carottes Salade verte du jardin</p>	<p>Soupe aux pois</p> <p>Burger de dinde <i>(laitue, tomate et mayo épicée)</i> Pommes de terre en quartiers</p> <p>Filet de poisson croustillant et riz multigrain</p> <p>Haricots verts Salade de chou</p>	<p>Crème de légumes</p> <p>Porc aigre-doux et nouilles aux œufs</p> <p>Cannellonis aux épinards et ricotta</p> <p>Courgettes grillées Salade César</p>	<p>Potage cultivateur</p> <p>Poulet à l'érable et fruits séchés Pommes de terre grelots</p> <p>Bol de riz mexicain</p> <p>Mélange de légumes Montego Salade printanière</p>	<p>Crème de brocoli</p> <p>Veau Marengo</p> <p>Sauté de tofu au gingembre</p> <p>Riz basmati Macédoine de légumes Salade d'épinards et carottes</p>
<p>Crème de champignons</p> <p>Escalope de poulet salsa et fusillis aux fines herbes</p> <p>Couscous aux légumes et pois chiches</p> <p>Chou-fleur grillé Salade du marché</p>	<p>Soupe minestrone</p> <p>Souvlaki de porc, sauce tzatziki</p> <p>Fajitas aux légumes et tofu grillé</p> <p>Riz aux herbes Mélange de légumes bistro Salade verte à la mexicaine</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Spaghetti, sauce à la viande et lentilles</p> <p>Frittata au brocoli et pommes de terre</p> <p>Duo de haricots Salade César</p>	<p>Soupe tomates et quinoa</p> <p>Poulet général Tao et vermicelles de riz</p> <p>Étagé végétarien aux pommes de terre douces</p> <p>Edamame et carottes en dés Salade de chou orientale</p>	<p>Soupe paysanne</p> <p>Pita à l'italienne</p> <p>Pâté au saumon, sauce aux œufs</p> <p>Petits pois Salade méditerranéenne</p>
<p>Soupe poulet et vermicelles</p> <p>Boulettes de bœuf barbecue</p> <p>Roulade de poisson à la florentine</p> <p>Purée de pommes de terre Mélange de légumes style californien Salade du chef</p>	<p>Soupe aux lentilles</p> <p>Poulet teriyaki</p> <p>Chili sin carne</p> <p>Riz persillé Légumes au four Salade de carottes</p>	<p>Crème de poulet</p> <p>Parmentier de porc effiloché</p> <p>Macaroni au fromage</p> <p>Tiges de brocoli Salade César</p>	<p>Potage Crécy</p> <p>Bœuf aux légumes et nouilles aux œufs</p> <p>Sandwich brunch Pommes de terre en cubes</p> <p>Légumes Paradisio Salade du chef</p>	<p>Soupe bœuf et orge</p> <p>Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée Pommes de terre aux épices de Montréal</p> <p>Tofu au beurre Pain naan</p> <p>Mélange de légumes Montego Salade de chou</p>
<p>Crème de tomate</p> <p>Cuisse de poulet Jerk et riz jamaïcain</p> <p>Burrito aux haricots noirs et pommes de terre douces</p> <p>Maïs et poivrons rouges Salade verte du jardin</p>	<p>Soupe poulet et nouilles</p> <p>Assiette chinoise <i>Poulet aux ananas, riz aux œufs et aux légumes, chop suey</i></p> <p>Pita de falafels</p> <p>Mélange de légumes Salade asiatique</p>	<p>Soupe aux légumes</p> <p>Lasagne à la viande</p> <p>Quiche provençale et feta</p> <p>Haricots verts Salade César</p>	<p>Crème de courge</p> <p>Poulet parmesan</p> <p>Tacos souples au poisson</p> <p>Riz basmati Brocoli et chou-fleur Salade du marché</p>	<p>Soupe orientale</p> <p>Pâté chinois</p> <p>Pain plat au pesto, légumes grillés et fromage de chèvre</p> <p>Mélange de légumes bistro Salade printanière</p>

Prix du menu du jour

Incluant:

- la soupe
- le plat principal
- lait **OU**
- jus pur à 100 % ou
- bouteille d'eau 500 ml
- et le dessert

6,65 \$

Un bon mode de paiement, la « carte Zipthru » disponible à la cafétéria !

Visitez le www.Chartwellsk12.ca pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa « carte Zipthru » pour payer à la caisse.

