



## Prix du menu du jour

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- lait **OU**
- jus pur à 100 %
- et le dessert

**7,65\$**

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



Visitez le [www.Chartwellsk12.ca](http://www.Chartwellsk12.ca) pour plus d'informations.

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



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
25 août 22 sept. 20 oct. 17 nov. 15 déc. 26 janv. 23 févr. 23 mars 20 avril 18 mai 15 juin	Soupe poulet et légumes  <b>Veau parmigiana</b>  *Tofu Tao <sup>1</sup> (A. Bilodeau, sec. 1)  Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César	Soupe aux lentilles  <b>Cuisse de poulet à la portugaise</b> Orge pilaf  <b>Macaroni au fromage</b>  <b>Jardinière de légumes</b> Salade fusion	Crème de poulet  <b>Assiette grecque</b> (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita)  <b>Poisson-bruschetta</b> Riz à l'ail et origan  <b>Brocoli au beurre</b> Salade grecque	Soupe aux légumes  <b>Pilons de poulet croustillant en croute d'épices</b> <b>Pommes de terre rôties</b>  <b>Wrap aux patates douces et haricots noirs</b>  Légumes mexicains Salade de chou	Crème de brocoli  <b>Bifteck, sauce à la lyonnaise</b> <b>Purée de pommes de terre</b>  *Sandwich Banh-mi <sup>1</sup> (M.-È. Gonthier, enseignante)  <b>Carottes persillées</b> Salade jardinière
01 sept. 29 sept. 27 oct. 24 nov. 05 janv. 02 févr. 02 mars 30 mars 27 avril 25 mai	Crème de champignons  <b>Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond</b>  *Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz  <b>Pois verts</b> Salade du marché	Soupe à l'oignon  <b>Lasagne</b>  <b>Pita de falafels</b>  Courgettes sautées aux herbes Salade César	Soupe minestrone  <b>Poulet teriyaki</b> Couscous  <b>Pâté au saumon, sauce aux œufs</b>  <b>Fleurettes de brocoli</b> Salade d'épinards	Crème de légumes  <b>Burrito à la viande</b>  *Cari de pois chiches Riz basmati  Légumes San Francisco <b>Salade de carottes crémeuse</b>	Soupe tomates et quinoa  <b>Pizza au poulet barbecue</b>  <b>Étagé de légumes grillés et ricotta<sup>1</sup></b> (W. Hudon, sec. 2)  Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun
08 sept. 06 oct. 03 nov. 01 déc. 12 janv. 09 févr. 09 mars 06 avril 04 mai 01 juin	Soupe poulet et vermicelles  <b>Boulettes de bœuf Shanghai</b> <b>Purée de pommes de terre</b>  <b>Dahl à l'indienne</b> Demi-pain naan  Légumes à la florentine Salade du chef	Crème de courge  <b>Lanières de porc aigre-doux</b> Quinoa  <b>Casserole de thon</b>  <b>Carottes au cumin</b> Salade californienne	Soupe aux légumes  <b>Pita à l'italienne</b>  *Omelette aux légumes et fromage  Légumes de Paris Salade du marché	Crème de carottes  <b>Poulet au beurre</b>  <b>Filet de poisson en croute d'herbes</b>  Riz vapeur <b>Duo de haricots</b> Salade verte au chou rouge	Soupe à l'orientale  <b>Assiette chinoise</b> Riz frit au soya  <b>Wrap au chili végétarien<sup>1</sup></b> (V. Fournier, enseignante)  Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes
15 sept. 13 oct. 10 nov. 08 déc. 19 janv. 16 févr. 16 mars 13 avril 11 mai 08 juin	Soupe bœuf et orge  <b>Parmentier de porc effiloché</b>  <b>Bol végé tex-mex</b> Riz  <b>Légumes racines grillés</b> Salade du marché	Soupe poulet et riz  <b>Pâtes, sauce à la viande</b>  *Quinoa aux pois chiches et légumes <sup>1</sup> (C. Binet, sec. 1)  <b>Brocoli</b> Salade César	Crème de tomates au basilic  <b>Burger de poulet cajun</b>  <b>Quiche brocoli et fromage</b>  <b>Jardinière de légumes</b> Salade de chou	Crème de navet  <b>Casserole de bœuf épicé et pommes de terre en dés</b>  *Gratin jardinière  Mélange fusion Salade méditerranéenne	Soupe bœuf et quinoa  <b>Poulet à la cacciatore</b>  <b>Tacos de poisson (2)</b>  Riz pilaf <b>Pois et carottes</b> Salade de maïs et poivrons

\*Plats inscrits au programme **Aliments du Québec au menu** / Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications (les plats/produits identifiés pourront être modifiés selon les disponibilités d'approvisionnement lors de la confection des recettes.) selon la disponibilité des produits et de la saison.

\*\*Plats faisant partie de notre offre végétarienne.



<sup>1</sup> Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab22.

SEMAINE 1

SEMAINE 2

SEMAINE 3

SEMAINE 4

