



















## REPAS COMPLET

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Potage de courge au cari  	Soupe aux tomates et au riz brun  	Crème de chou-fleur et pommes de terre  	Soupe au poulet et coquilles  	Crème de légumes 
PLAT DU CHEF	1 Poulet avec sauce Tao 	Pizza au pepperoni de dinde et fromage	Lasagne sauce à la viande	Escalope de porc avec sauce du chef 	Casserole mexicaine
	2 Fusilli crémeux au jambon et aux épinards	Boulettes de veau à la suédoise 	Tofu, sauce thaïe	Poulet à la grecque	Rotini à la saucisse italienne 
CHOIX VÉGÉ	3	Pizza-pita aux légumes du marché 	 	Lanières végés avec sauce du chef 	Casserole mexicaine végétarienne 
LÉGUME ET SALADE	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
ACCOMPAGNEMENT	Riz basmati (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre (plat du chef 2)	Nouilles aux œufs (plat du chef 2)	Riz pilaf	-
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 26 août, 30 septembre, 4 novembre, 16 décembre 2024; 3 février, 17 mars, 21 avril, 26 mai 2025.				



**écofaveur**  
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.


















Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.

## REPAS COMPLET

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Crème de carottes, panais et gingembre 	Soupe aux tomates, légumes et orzo 	Potage parmentier au bacon 	Soupe au poulet, légumes et orge 	Potage du jour 
PLAT DU CHEF	1 Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Poitrine de poulet avec sauce barbecue 	Sous-marin au jambon et fromage	Spaghetti, sauce à la viande	Poulet Shawarma
	2 Cannelloni au fromage et aux épinards	Escalope de porc avec sauce au poivre 	Pilons de poulet au miel et cari 	Boulettes de porc et jambon, sauce à l'érable	Filet de poisson mariné en croute de bretzel 
CHOIX VÉGÉ	3 	Boulettes végétariennes avec sauce barbecue 	Sous-marin végé style pizza 	Spaghetti, sauce végétarienne 	Brochettes de tofu style Shawarma 
LÉGUME ET SALADE	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
ACCOMPAGNEMENT	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Pommes de terre épicées	Couscous (plat du chef 2)	Riz basmati (plat du chef 2)	Mélange multigrain pilaf 
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE	Menu offert les semaines débutant les: 2 septembre, 7 octobre, 18 novembre 2024; 6 janvier, 10 février, 24 mars, 28 avril, 2 juin 2025.				



**écofaveur**  
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.





















Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.

## REPAS COMPLET

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet style thaï	Bisque de tomates et poivrons rouges 	Soupe au poulet et nouilles 	Crème de brocoli et cheddar  	Crème de légumes 
PLAT DU CHEF	1	Boulettes de porc à l'italienne 	Penne au poulet Alfredo et bruschetta  	Pain de viande de veau avec sauce tomate 	Macaroni, sauce à la viande	Jambon à l'érable
	2	Tofu avec sauce Tao	Filet de poisson croustillant 	Poulet piri-iri (à la portugaise) 	Burger de poisson 	Riz au poulet
CHOIX VÉGÉ	3	  Pâtes, sauce Alfredo aux lanières végés et bruschetta 	Brochette de tofu à la portugaise 	Macaroni, sauce végétarienne 	Tofu, sauce à l'érable 	
LÉGUME ET SALADE		Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
ACCOMPAGNEMENT		Riz basmati	Couscous (plat du chef 2)	Riz pilaf	Quartiers de pommes de terre (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plats du chef 1 et 3)
DESSERT DU JOUR		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON		Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 9 septembre, 14 octobre, 25 novembre 2024; 13 janvier, 17 février, 31 mars, 5 mai, 9 juin 2025.				



**écofaveur**  
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.



















Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.

## REPAS COMPLET

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Crème d'épinards 	Soupe aux légumes et aux nouilles 	Velouté de poulet	Soupe au poulet et au riz multigrain 	Potage de légumes rôtis 
PLAT DU CHEF	1 Pilons de poulet aux épices BBQ 	Vol-au-vent au poulet 	Boulettes de porc, sauce miel et ail 	Penne, sauce carbonara	Pizza au poulet et sauce barbecue 
	2 Tortellini au fromage, sauce rosée	Escalope de veau parmigiana 	Pâté mexicain à la dinde	Filet de poisson en crouste de croustilles de maïs 	Boulettes de bœuf, sauce rosée
CHOIX VÉGÉ	3 	Vol-au-vent aux lanières végés 	Tofu, sauce miel et ail  	Penne, sauce Alfredo 	Pizza aux légumes et fromage 
LEGUME ET SALADE	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre en cubes assaisonnées (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre et carottes	Riz pilaf	Couscous (plat du chef 2)	Nouilles aux œufs (plat du chef 2)
DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 16 septembre, 21 octobre, 2 décembre 2024; 20 janvier, 24 février, 7 avril, 12 mai, 16 juin 2025.				



**écofaveur**  
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.



















Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.

## REPAS COMPLET

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Velouté de céleri 	Soupe au poulet et au riz brun  	Crème de pommes de terre et poireaux   	Soupe aux légumes et quinoa  	Potage du chef 
PLAT DU CHEF	1 Hamburger	Pâté chinois de veau 	Brochette de poulet style souvlaki	Spaghetti, sauce à la viande 	Saucisses porc et bœuf
	2 Omelette du chef	Macaroni au fromage et courge Butternut	Croquette de crevettes 	Pilons de poulet marinés avec sauce barbecue	Pâté au saumon avec sauce aux œufs
CHOIX VÉGÉ	3 	 	Brochette de tofu avec marinade maison 	Spaghetti, sauce végétarienne 	Lanières végétariennes, sauce érable et Dijon 
LÉGUME ET SALADE	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre aux fines herbes	-	Riz ensoleillé	Couscous (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plats du chef 1 et 3)
DESSERT DU JOUR	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet.				
BOISSON	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 23 septembre, 28 octobre, 9 décembre 2024; 27 janvier, 10 mars, 14 avril, 19 mai 2025.				



**écofaveur**  
Émet 38 % moins de gaz à effet de serre que la moyenne.



Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise.



Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise, ou autre organisme reconnu.



Convient aux lacto-ovo-végétariens.



Fait uniquement d'ingrédients d'origine végétale.



Produit céréalier à grains entiers.