

## REPAS COMPLET

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SOUPE</b>	Potage de courge au cari	Soupe aux tomates et au riz brun	Potage Parmentier au bacon	Soupe au poulet et coquilles	Crème de légumes
<b>PLAT DU CHEF</b>	1 Poulet avec sauce Tao	Filet de poisson en chapelure italienne	Lasagne sauce à la viande	Poulet à la grecque	Étagé de bœuf aux épices mexicaines
	2 Fusilli crémeux au jambon et au pesto	Pizza au pepperoni de dinde et mozzarella	Pilons de poulet laqués à la sauce BBQ	Escalope de porc avec sauce du chef	Casserole de rotinis à la saucisse italienne
<b>CHOIX VÉGÉ</b>	3 Fusilli crémeux au pesto	Pizza-pita aux légumes du marché	Lasagne sauce végétarienne	Lanières végés avec sauce du chef	Étagé végétarien aux épices mexicaines
<b>LEGUME ET SALADE</b>	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>	Riz basmati (plat du chef 1)	Couscous aux légumes (plat du chef 1)	Riz brun pilaf (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre	-
<b>DESSERT DU JOUR</b>	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.				
<b>BOISSON</b>	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les : 25 août, 29 septembre, 10 novembre, 15 décembre 2025; 2 février, 16 mars, 20 avril, 25 mai 2026				



**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
<b>SOUPE</b>	Crème de carottes, panais et gingembre   	Soupe minestrone  	Soupe au poulet, légumes et orge 	Velouté de poulet 	Potage du jour 
<b>PLAT DU CHEF</b>	1 Sauté de tofu à la thaïe  	Veau parmigiana 	Sous-marin au jambon et fromage 	Spaghetti avec sauce à la viande	Poulet style shawarma
	2 Cannelloni au fromage avec sauce tomate et basilic	Vol-au-vent au poulet 	Pilons de poulet rôtis avec sauce barbecue 	Boulettes de porc et jambon, sauce à l'érable	Filet de poisson mariné en croute de bretzels 
<b>CHOIX VÉGÉ</b>	3	Vol-au-vent aux lanières de soya  	Sous-marin végé style pizza 	Spaghetti avec sauce végétarienne  	Brochette de tofu style shawarma  
<b>LÉGUME ET SALADE</b>	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>	Nouilles aux œufs (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre avec carottes	Cubes de pommes de terre assaisonnées	Riz basmati (plat du chef 2)	Mélange multigrain pilaf 
<b>DESSERT DU JOUR</b>	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.				
<b>BOISSON</b>	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les: 1 septembre, 6 octobre, 17 novembre 2025; 2 janvier, 9 février, 23 mars, 27 avril, 1 juin 2026				



**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
<b>SOUPE</b>	Soupe au poulet style thaï	Crème de brocoli et cheddar	Bisque de tomates et poivrons rouges	Soupe aux légumes et riz multigrain	Crème de légumes
<b>PLAT DU CHEF</b>	1 Galettes de porc à l'italienne	Filet de poisson croustillant	Boulettes de porc avec sauce miel et ail	Macaroni chinois au bœuf	Jambon à l'érable
	2 Tofu avec sauce Tao	Penne au poulet Alfredo et bruschetta	Poulet piri-piri (à la portugaise)	Burger de poisson	Riz au poulet
<b>CHOIX VÉGÉ</b>	3	Pâtes, sauce Alfredo avec lanières végés style-poulet et bruschetta	Tofu avec sauce miel et ail	Macaroni chinois végétarien	Tofu à l'érable
<b>LÉGUME ET SALADE</b>	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>	Riz basmati	Couscous aux légumes (plat du chef 1)	Riz brun pilaf	Quartiers de pommes de terre (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plats du chef 1 et 3)
<b>DESSERT DU JOUR</b>	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.				
<b>BOISSON</b>	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les : 8 septembre, 13 octobre, 24 novembre 2025; 12 janvier, 16 février, 30 mars, 4 mai, 8 juin 2026.				



**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
<b>SOUPE</b>	Crème d'épinards	Soupe aux légumes et aux nouilles	Potage de chou-fleur et pommes de terre	Soupe au poulet et au riz multigrain	Potage de légumes rôtis
<b>PLAT DU CHEF</b>	1 Quiche spécialité du chef	Poulet aux épices barbecue	Boulettes de veau à la suédoise	Rigatoni avec sauce carbonara	Galettes de bœuf, sauce rosée
	2 Tortellini au fromage avec sauce rosée	Escalope de porc, sauce au poivre	Pâté mexicain à la dinde	Filet de poisson en croute de croustilles de maïs	Pizza au poulet et sauce barbecue
<b>CHOIX VÉGÉ</b>	3	Tofu aux épices barbecue	Boulettes végétariennes avec sauce à la suédoise	Rigatoni sauce Alfredo avec saucisses italiennes végétariennes	Pizza aux légumes et fromage
<b>LEGUME ET SALADE</b>	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>	Purée de pommes de terre (plat du chef 1)	Pommes de terre en cubes assaisonnées	Riz brun pilaf	Couscous tomate (plat du chef 2)	Nouilles aux œufs (plat du chef 1)
<b>DESSERT</b>	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.				
<b>BOISSON</b>	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les : 15 septembre, 20 octobre, 1 décembre 2025; 19 janvier, 23 février, 6 avril, 11 mai 2026.				



**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
<b>SOUPE</b>	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 
<b>PLAT DU CHEF</b>	1 Ragoût de boulettes de porc	Pâté chinois de veau 	Croquette de crevettes	Spaghetti, sauce à la viande	Saucisses porc et bœuf
	2 Hamburger	Penne, sauce au fromage et courge butternut	Poulet avec marinade maison	Poulet au beurre à l'indienne 	Pâté au saumon avec sauce aux œufs
<b>CHOIX VÉGÉ</b>	3 Hamburger végétarien 		Brochette de tofu avec marinade maison 	Spaghetti, sauce végétarienne 	Lanières végétariennes, sauce érable et Dijon 
<b>LÉGUME ET SALADE</b>	Un légume chaud, une petite salade verte et des crudités sont offerts chaque jour.				
<b>ACCOMPAGNEMENT</b>	Pommes de terre aux fines herbes	-	Riz basmati	Couscous aux légumes (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plats du chef 1 et 3)
<b>DESSERT DU JOUR</b>	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.				
<b>BOISSON</b>	Lait, eau en fontaine ou eau infusée aux fruits.				
<b>DATE</b>	Menu offert les semaines débutant les: 22 septembre, 27 octobre, 8 décembre 2025; 26 janvier, 9 mars, 13 avril, 18 mai 2026				



**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.