



\*Plats inscrits au programme  
Aliments du Québec au menu.  
Contiennent 50 % et plus  
d'ingrédients d'origine québécoise  
certifiée.

D'autres choix  
Aliments du Québec au menu  
sont disponibles en tout temps,  
par exemple :

Parfait au yogourt et fruits

Sandwich déjeuner sur muffin  
anglais, œuf, bacon et fromage

Sandwich déjeuner sur muffin  
anglais, œuf et fromage

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1	<p><b>Soupe bœuf et riz Tofu à l'indienne*</b></p> <p>Pâté au poulet</p> <p>Nouilles aux vermicelles de riz aux légumes Salade de légumes verts <b>Haricots verts*</b></p>	<p><b>Soupe poulet et nouilles Frittata aux légumes*</b></p> <p>Bifteck Salisbury</p> <p><b>Purée de pommes de terre*</b> <b>Choux de Bruxelles rôtis*</b> Salade de légumes verts</p>	<p><b>Soupe aux tomates Quesadilla aux légumes</b></p> <p>Poulet au beurre</p> <p>Riz Basmati <b>Brocolis rôtis*</b> Salade de légumes verts Extra \$ Pain Naan</p>	<p><b>Crème de carottes</b></p> <p><b>Cari de pois chiches Porc méditerranéen*</b></p> <p>Riz moelleux Salade de légumes verts</p>	<p><b>Crème jardinière Poivrons farcis au bœuf</b></p> <p>Poisson pané, sauce tartare</p> <p><b>Quartiers de pommes de terre*</b> Salade de légumes verts</p>
Semaine 2	<p><b>Soupe poulet et lentilles</b></p> <p><b>Assiette de falafel, sauce tzatziki Filet de tilapia</b></p> <p>Riz brun <b>Haricots jaunes*</b> Salade de légumes verts</p>	<p><b>Crème de brocoli</b></p> <p><b>Tortellinis, sauce rosée Rôti de porc*</b></p> <p><b>Pommes de terre à la lyonnaise*</b> Carottes rôties au miel Salade de légumes verts</p>	<p><b>Soupe aux légumes</b></p> <p><b>Ragoût de légumes Pâté chinois</b></p> <p>Couscous <b>Brocolis rôtis*</b> Salade de légumes verts</p>	<p><b>Crème de poireaux</b></p> <p><b>Cari de tofu végétalien Cuisses de poulet à la jamaïcaine*</b></p> <p>Riz moelleux Salade de légumes verts <b>Haricots verts*</b></p>	<p><b>Crème de légumes</b></p> <p><b>Tacos (lentilles épicées) Boulettes de viande, sauce aigre-douce</b></p> <p>Nouilles aux œufs Salade de légumes verts <b>Mélange de légumes*</b></p>
Semaine 3	<p><b>Soupe à l'indienne</b></p> <p><b>Tajine de choux-fleurs Poulet tikka masala*</b></p> <p>Riz basmati Brocolis rôtis Salade de légumes verts Extra \$ Pain Naan</p>	<p><b>Crème de chou-fleur Brocoli et frittata de pommes de terre*</b></p> <p><b>Spaghetti bolognaise</b></p> <p>Salade César <b>Extra \$ Baguette de pain à l'ail*</b></p>	<p><b>Soupe aux tomates et riz</b></p> <p><b>Enchiladas végétariens Cuisses de poulet rôties</b></p> <p><b>Pommes de terre rôties*</b> Salade de légumes verts <b>Haricots verts*</b></p>	<p><b>Crème de champignons</b></p> <p><b>Tofu au barbecue coréen*</b> Sauté de bœuf et de légumes thaï</p> <p>Riz moelleux Salade de légumes verts Extra \$ Rouleaux de printemps aux légumes <b>Mélange de légumes*</b></p>	<p><b>Potage de patates douces Cannellonis au fromage, sauce tomate</b></p> <p>Fish and chips, sauce tartare</p> <p><b>Quartiers de pommes de terre épicés*</b> <b>Salade de chou crémeuse*</b> Salade de légumes verts</p>
Semaine 4	<p><b>Soupe bœuf et riz</b></p> <p><b>Pita aux falafels Poulet rôti à la grecque*</b></p> <p><b>Pommes de terre rôties*</b> Salade de légumes verts <b>Haricots verts*</b></p>	<p><b>Soupe minestrone</b></p> <p><b>Tortillas de légumes rôtis Filet de basa</b></p> <p>Couscous <b>Mélange de légumes*</b> Salade de légumes verts</p>	<p><b>Crème de courge</b></p> <p><b>Gratin tex-mex végétarien Porc aigre-doux</b></p> <p><b>Quartiers de pommes de terre*</b> Salade de légumes verts <b>Navets*</b></p>	<p><b>Crème Jardinière</b></p> <p><b>Chili végétarien Pain de viande à la dinde*</b></p> <p>Riz basmati Salade de légumes verts <b>Carottes rôties*</b></p>	<p><b>Crème de poulet</b></p> <p><b>Macaroni au fromage Mijoté de bœuf à la provençale</b></p> <p>Nouilles aux œufs <b>Brocolis rôtis*</b> Salade de légumes verts</p>

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.