

Menu du service alimentaire 2022-2023

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
<i>Semaine 1 Service les semaines du : 22/08, 26/09, 07/11, 12/12, 30/01, 13/03, 24/04, 29/05</i>									
menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2
Soupe boeuf et orge		Soupe tomates et alphabets		Soupe grecque aux lentilles		Soupe aux patates douces et gingembre		Crème de brocolis	
Gratin de pâtes et saucisses de veau maison	Morue au citron ^v , riz pilaf	Boulettes suédoises, pommes de terre en purée	Aiglefin à la provençale ^v	Poulet texan à la mijoteuse	Rôti de porc	Rotinis sauce à la viande ou sauce rosée ^v	Omelette aux poivrons grillés et fromage ^v	Pizza au veau ou à la ratatouille ^v	Longe de saumon aux oignons rouges ^v , riz & légumes
Légumes du soleil levant		Brocoli		Riz persillé, pois et carottes juliennes					
Gâteau pommes et cannelle ou yogourt		Pouding au chocolat ou yogourt		Gâteau aux carottes ou yogourt		Muffin aux courgettes ou yogourt		Biscuit à la noix de coco et chocolat ou yogourt	
<i>Semaine 2 Service les semaines du : 29/08, 03/10, 14/11, 19/12, 06/02, 20/03, 01/05, 05/06</i>									
menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2
Soupe bœuf et coquilles		Soupe poulet et vermicelles		Crème de tomates		Soupe minestrone		Soupe aux pois (porc)	
Filet de sole pané	Fricassée de poulet et pâtes primavera	Boulettes (veau) pirate	Omelette au fromage suisse ^v	Poulet épicé au riz soufflé	Jambon à l'érable	Macaroni au bœuf gratiné	Aiglefin en croûte de parmesan ^v , salade de pommes de terre, légumes	Hamburger de poulet	Chili végétarien ^v , riz blanc
Riz et légumes mexicains		Duo de pommes de terre et de patates sucrées et pois		Riz et cocktail de légumes				Laitue mesclun, vinaigrette balsamique à l'érable	
Biscuit avoine et chocolat ou yogourt		Sablé au beurre ou yogourt		Brownies au citron ou yogourt		Scone ou yogourt		Muffin aux framboises et chocolat ou yogourt	
<i>Semaine 3 Service les semaines du : 05/09, 10/10, 21/11, 09/01, 13/02, 27/03, 08/05, 12/06</i>									
menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2
Soupe tomates et orge		Crème jardinière		Potage paysan		Soupe poulet et riz		Soupe pasta e fagioli	
Fusillis sauce à la viande	Poisson cantonais ^v	Pâté chinois	Tofu général tao ^v , salade tiède de riz au safran	Pilons de poulet BBQ	Morue aux échalotes et vin blanc ^v	Tortellinis au fromage, sauce tomates ^v	Calzone au jambon et fromage, salade de chou trois couleurs	Sous-marin Charlemagne	Aiglefin marinara ^v , riz & légumes
Couscous, haricots verts et julienne de carottes					Riz et macédoine				Chiffonnade de laitue aux tomates
Gâteau aux bananes ou yogourt		Biscuit moelleux à l'avoine et bleuets ou yogourt		Muffin aux carottes et ananas ou yogourt		Gâteau au chocolat ou yogourt		Carré aux dattes ou yogourt	

Semaine 4 Service les semaines du : 12/09, 17/10, 28/11, 16/01, 20/02, 03/04, 15/05, 19/06									
menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2
Soupe bœuf et alphabets		Crème de maïs		Potage St-Germain		Potage Crécy		Velouté maraîcher	
Poulet rôti aux épices berbères	Morue aux tomates et vin blanc ^V	Steakette de veau Lyonnaise	Sloopy Joe végétarien ^V gratiné sur baguette	Kofta de dinde glacé, sauce hoisin	Omelette espagnole ^V	Plumes de blé, Sauce à la viande ou sauce rosée ^V	Lanières de porc hongroises	Hamburger ou végé burger ^V , pain sésame	Saumon teriyaki ^V
Riz pilaf au safran et citron et légumes du jour		Pommes de terre rissolées et salade de chou crémeuse		Riz et légumes du soleil levant				Salade César	
Gâteau aux bleuets ou yogourt		Biscuit croquant aux bananes ou yogourt		Renversé aux ananas ou yogourt		Muffin santé au chocolat ou yogourt		Biscuit aux petits fruits ou yogourt	
Semaine 5 Service les semaines du : 19/09, 24/10, 05/12, 23/01, 27/02, 17/04, 22/05									
menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2	menu 1	menu 2
Soupe bœuf et orzo		Soupe poulet et vermicelles		Potage parmentier		Soupe aux carottes et lentilles		Velouté de poivrons rouges	
Poulet Tandoori	Casserole de thon et pâtes gratiné ^V	Pain de viande (veau), pommes de terre en purée	Frittata aux champignons ^V	Poitrine de poulet aux fines herbes	Côtelettes de porc mijotées	Lasagne aux pâtes fraîches, sauce à la viande	Morue panée ^V , salade de vermicelles de riz & légumes	Fajitas au poulet	Aiglefin à l'estragon ^V
Riz au curcuma, haricots verts et maïs		Brocoli		Riz pilaf et macédoine du jardinier				Salade d'épinards et fèves germées, vinaigrette orientale	
Scone au citron ou yogourt		Brownies Charlemagne ou yogourt		Gelée de fruits ou yogourt		Muffin aux bananes ou yogourt		Gâteau aux bleuets ou yogourt	

Produit laitier : lait cru, lait cuit, fromage, yogourt, crème, crème sure.

Légumineuses

Peut contenir des traces de noix, arachide

Sésame

Poisson

V = Plat végétarien

Tous les menus complets sont accompagnés d'un breuvage (berlingot de lait pour le préscolaire et le primaire ; jus ou bouteille d'eau ou berlingot de lait pour le secondaire et les employés), d'un petit pain de blé entier et d'un choix de fruits frais et de crudités.

Notre mission : Notre mission est d'offrir, à un juste prix, un menu varié, composé d'aliments à valeur nutritive élevée, basé sur les recommandations du Guide alimentaire canadien pour manger sainement et de la Politique cadre pour le virage santé dans les écoles, tout en respectant les goûts et les préférences de la clientèle étudiante, et ce, avec un service rapide et courtois dans une atmosphère conviviale.

Notes : Dans le but de faciliter le service aux élèves de la maternelle, ces derniers recevront automatiquement le choix 1 du menu, sans la soupe, afin de favoriser une plus grande consommation de légumes et de fruits frais. Pour accélérer la prise de décision dans le choix de menu et afin que tous puissent avoir suffisamment de temps pour dîner, nous demandons aux élèves de faire leur choix de menu du jour avant de se rendre à la cafétéria.

Heures de service au primaire (cafétéria & Agora)

Heures de service au secondaire (agora)

Heures de service aux employés (salon des employés)

Maternelle à P6 : 11 h 20

Déjeuner : 8 h 15 à 8 h 35

En continu : 11 h 15 à 13 h 30

Récréations : 10 h 15 à 10 h 30 et 14 h 30 à 14 h 45

Repas chaud : 12 h à 13 h