



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1</p> <p>12 sept 27 fév 10 oct 27 mars 7 nov 24 avril 5 déc 22 mai 30 janv</p>	<p>Filet de tilapia multigrains Pommes de terre purée Duo de carottes – Vol-au-vent au poulet Pommes de terre purée Duo de carottes</p>	<p>Boulettes de viande à la russe Pâtes au pesto Maïs en grains – Quésadilla végétarien Maïs en grains</p>	<p>Poulet Tao Riz basmati Bouquet de brocoli</p>	<p>Pâté chinois Macédoine jardinière – Poisson à la grecque Pommes de terre purée Macédoine jardinière</p>	<p>Spaghetti, sauce à la viande</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,55\$</p>
<p>Semaine 2</p> <p>22 août 6 fév 19 sept 6 mars 17 oct 3 avril 14 nov 1^{er} mai 12 déc 29 mai 9 janv</p>	<p>Pâtes aux tomates et trois fromages Duo d'haricots entiers – Pâté au saumon, sauce aux œufs Pommes de terre purée Duo d'haricots entiers</p>	<p>Hambourgeois au poulet Laitue/tomate/cornichon – Macaroni au fromage Macédoine 4 légumes</p>	<p>Assiette kefta, sauce au yogourt piquante Couscous au curcuma Légumes fusion – Bouchées de poisson à la mode du sud Couscous au curcuma Légumes fusion</p>	<p>Poitrine de poulet épicée, trempette au yogourt Pommes de terre rôties Pois mange-tout – Frittata à la mexicaine Pommes de terre rôties Pois mange-tout</p>	<p>Pizzas variées Salade</p>	<p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 3</p> <p>29 août 13 fév 26 sept 13 mars 24 oct 10 avril 21 nov 8 mai 19 déc 5 juin</p>	<p>Poulet piri-iri Riz Mélange cocktail – Poisson sauce basilic et tomates cerises Riz Mélange cocktail</p>	<p>Sandwich chaud à la côte levée de bœuf/mini épi de maïs Salade de chou – Saumon grillé Gratin Dauphinois Salade de chou</p>	<p>Lasagne à la viande Légumes Montégo – Lasagne végétarienne Légumes Montégo</p>	<p>Sous-marin césar au poulet – Quiches variées Pommes de terre quartiers Salade césar</p>	<p>Pita à l'italienne Crudité – Pita forentine Crudité</p>	<p>LE MENU : est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires; peut être sujet à des changements sans préavis; n'est pas sans allergènes.</p>
<p>Semaine 4</p> <p>5 sept 20 fév 3 oct 20 mars 31 oct 17 avril 28 nov 15 mai 23 janv 12 juin</p>	<p>Hambourgeois au bœuf sur pain brioché Laitue/tomate/cornichon – Hambourgeois tex-mex sur pain brioché, tranche de fromage, mayonnaise épicée Laitue/tomate/cornichon</p>	<p>Poulet au beurre Riz Basmati Légumes du jour – Poisson à l'italienne Riz Basmati Légumes du jour</p>	<p>Saucisses grillées au poulet Gratin Dauphinois Macédoine mexicaine – Wrap du sud-ouest, sauce du sud-ouest Macédoine mexicaine</p>	<p>Sous-marin aux boulettes italiennes Salade – Médailles de poisson, sauce citronnée Pommes de terre rôties Salade</p>	<p>Macaroni, sauce à la viande</p>	<p>Centre de services scolaire de Montréal Québec</p> 

Pour que votre enfant utilise la carte étudiante à la cafétéria, visitez le : <https://portailparents.ca>
Dans la section « Ressources » et accéder au site web « Ma cafétéria »