

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
Semaine 1 14 sept. 1 ^{er} fév. 12 oct. 1 ^{er} mars 9 nov. 29 mars 7 déc. 26 avril 4 janv. 24 mai	Quiche du jour ou Merlu en croûte de pain au cheddar Pomme de terre rôties Carottes en bâtonnets	Poulet au beurre Riz Duo d'haricots ou Wrap et sauce style Sud-Ouest Duo d'haricots	Spaghetti, sauce à la viande ou Spaghetti, sauce végétarienne Mélange de légumes	Hambourgeois au boeuf ou Hambourgeois végétarien, mayonnaise au pesto Pommes de terre en quartiers Laitue/tomate/cornichon	Bouchées de poulet ou Bouchées de poisson à la mode du sud, sauce sud-ouest Pommes de terre en purée Légumes fusion	Mets principal et salade-repas : 2,95\$ Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !
Semaine 2 24 août 8 fév. 21 sept. 8 mars 19 oct. 5 avril 16 nov. 3 mai 14 déc. 31 mai 11 janv.	Poulet croustillant ou Saumon, sauce basilic et tomates Orzo crémeux Haricots verts	Sous-marin chaud césar au poulet ou Frittata à la mexicaine Couscous Légumes mexicains	Pizzas variées Salade du chef	Hambourgeois au boeuf ou végétarien, mayonnaise au pesto Pommes de terre en quartiers Laitue/tomate/cornichon	Tortellini sauce rosée, Légumes cocktail	
Semaine 3 31 août 15 fév. 28 sept. 15 mars 26 oct. 12 avril 23 nov. 10 mai 21 déc. 7 juin 18 janv.	Saucisses au poulet et sauce brune ou Bâtonnets végétariens parmigiana Pâtes au pesto Mélange au soleil levant	Pita à l'italienne ou Pita florentine Salade du chef	Tilapia multigrain Quinoa au cari Légumes Montégo ou Macaroni chinois Légumes Montégo	Poulet Général Tao ou Tofu Général Tao Riz Brocoli	Pâtes aux tomates et trois fromages Mélange californien	LE MENU : ✓ est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires; ✓ peut être sujet à des changements sans préavis; ✓ n'est pas sans allergènes.
Semaine 4 7 sept. 22 fév. 5 oct. 22 mars 2 nov. 19 avril 30 nov. 17 mai 28 déc. 14 juin 25 janv.	Fajitas au poulet et salsa ou Quesadilla végétarienne, sauce salsa Salade de maïs	Riz au poulet, rouleau de printemps et sauce chili sucrée Légumes du jour	Manicotti au fromage gratiné, sauce jardinière Macédoine	Poulet tao ou Tofu Général Tao Riz Brocoli	Sandwich chaud mexicain ou Petits pains farcis gratinés Salade du chef	