






























MENU ÉCOLE SECONDAIRE 2021-2022



		LUNDI (SANS VIANDE)	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
REPAS FROID		Burger de thon et crudités 	Tortillas au poulet, salsa et salade du chef	Salade César au poulet*	Bruschetta* au jambon et salade du chef 	Sous-marin à la salade de poulet et petite salade verte	
REPAS CHAUD							
SOUPE		Poulet et nouilles	Aux pois	Won-ton	Crème de poulet	Tomates et riz	
Semaine du:	30 août 27 sept. 25 oct. 22 nov. 20 déc.	24 janv. 21 fév. 28 mars 25 avril 23 mai 20 juin	Bol de chili et fromage (PVT)* salade du chef 	Saucisses rôties (dinde et bœuf), purée de pdt et légumes du jour	Sandwich côtes levées salade de chou 	Fusillis sauce à la viande salade César 	Pizza peperroni de dinde et fromage* et salade verte
			Soupe ramen asiatique et tofu mariné 	Pâté mexicain et salade du chef 	Poulet au beurre, riz et légumes	Choix du chef	Poisson du jour 
	SOUPE		Poulet et riz	Crème de carottes	Tomates et étoiles	Soupe du jour	Minestrone
	6 sept. 4 oct. 1er nov. 29 nov. 3 janv.	31 janv. 7 mars 4 avril 2 mai 30 mai	Général Tao (tofu), riz et légumes du jour 	Croustillant de poisson, couscous et légumes du jour 	Hamburger steak purée de pdt petits pois et carottes	Macaroni sauce à la viande et salade verte 	Hamburger de poulet cuit au four salade, tomate et mayonnaise
			Tortellinis sauce rosée et salade du chef 	Cuisse de poulet, purée de pdt et légumes du jour	Gyros classique et couscous	Choix du chef	Pâté au saumon, sauce aux œufs et légumes du jour 
	SOUPE		Poulet et nouilles	Aux pois	Won-ton	Crème de poulet	Tomates et riz
	13 sept. 11 oct. 8 nov. 6 déc. 10 janv.	7 fév. 14 mars 11 avril 9 mai 6 juin	Bouchées de saumon à l'orange, couscous et légumes du jour 	Pâté chinois au boeuf salade de chou	Pépites de poulet cuites au four, riz et légumes du jour	Penne sauce à la viande salade verte 	Pizza peperroni de dinde et fromage* et salade verte
			Falafel, salade et couscous 	Crêpe jambon, fromage et asperges et salade du chef 	Burger de porc effiloché et salade de chou 	Choix du chef	Poisson du jour 
	SOUPE		Poulet et riz	Crème de carottes	Tomates et étoiles	Soupe du jour	Minestrone
	20 sept. 18 oct. 15 nov. 13 déc. 17 janv.	14 fév. 21 mars 18 avril 16 mai 13 juin	Sloppy joe (PVT) et salade du chef 	Croustillant de poisson, couscous et légumes du jour 	Fajitas poulet et maïs salade du chef	Lasagne* salade César 	Hamburger de bœuf, crudités, triangle de fromage*
			Tacos de crevettes (2) et légumes 	Pdt à la québécoise au poulet et oignons verts	Osso bucco de porc, riz et légumes du jour 	Choix du chef	Pâté au saumon, sauce aux œufs et légumes du jour 
	* Fromage de soya PVT: protéine végétale texturée				Poisson Porc Végétarien 		 Infos, promotions et plus!
Livret de 10 coupons disponible au coût de 69,50\$							
Prix des repas:		5 items: 7,10\$ Plat principal et les quatre (4) articles suivants : soupe 180 ml, un pain, un breuvage (lait, jus, eau) et un dessert	4 items: 6,95\$ Plat principal et les trois (3) articles suivants : soupe 180 ml, un breuvage (lait, jus, eau) et un dessert	3 items: 6,80\$ Plat principal et deux (2) articles parmi les suivants : soupe 180 ml ou un breuvage (lait, jus, eau) ou un dessert	www.nutrideli.ca		