

SEMAINE 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe aux légumes	Soupe au poulet et riz	Crème de courge	Soupe aux tomates et nouilles	Crème de légumes
PLAT DU CHEF	1 Poulet, sauce Tao	Pizza carnivore sur pita (3 viandes)	Spaghettis, sauce à la viande	Lanières de porc, sauce barbecue de la Louisiane	Macaronis chinois
	2 LUNDI SANS VIANDE	Boulettes de veau à l'italienne	Sandwich chaud au poulet revisité	Burger de poisson croustillant en chapelure Panko	Poulet cacciatore
CHOIX VÉGÉ	3 Tortellinis au fromage, sauce tomate	Pizza-pita végétarienne	Spaghettis, sauce végétarienne	Lanières végé style poulet, sauce barbecue de la Louisiane	Macaronis chinois végétariens
LÉGUME	Mélange Soleil levant	Carottes persillées	LE LÉGUME INSPIRÉ	Haricots verts entiers	Mélange Romanesco
SALADE	Salade du chef	Salade César	Brochette de légumes et trempette	Salade de chou classique	Salade verte
ACCOMPAGNEMENT	Riz pilaf (plat du chef 1)	Nouilles aux œufs (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre (plat du chef 2)	Pommes de terre aux fines herbes (plats du chef 1 et 3)	Riz basmati (plat du chef 2)
DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON	Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100% (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 24 août, 21 septembre, 19 octobre et 23 novembre 2020; les 4 janvier, 1 ^{er} février, 8 mars, 5 avril, 3 mai et 31 mai 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 2		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet, légumes et orge ●	Crème de céleri	Soupe aux légumes	Crème de brocoli	Soupe aux tomates et légumes
PLAT DU CHEF	1	Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains	Porc au miel et à l'ail	Filet de poisson mariné en croûte de bretzels ●	Fusillis, sauce à la viande	Pains farcis au poulet, fromage et salsa ●
	2	LUNDI SANS VIANDE Lasagne aux légumes	Burger de dinde avec mayo créole	Pâté chinois	Boulettes de dinde, sauce aux pêches	Parmentier de veau au gratin
CHOIX VÉGÉ	3		Burger végétarien	Pâté chinois végétarien	Fusillis, sauce végétarienne	Gratin Parmentier végétarien
LÉGUME		Maïs	Fleurettes de brocoli	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange Jardinière (haricots et carottes)	Pois verts
SALADE		Salade César allégre	Tomates et concombre	Salade de chou classique	Salade verte	Brochette de légumes et trempette
ACCOMPAGNEMENT		Pommes de terre grelots (plat du chef 1)	Nouilles cantonaises (plat du chef 1)	Riz multigrain ● (plat du chef 1)	Purée de pommes de terre (plat du chef 2)	-
DESSERT		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON		Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100% (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 31 août, 28 septembre, 26 octobre et 30 novembre 2020; les 11 janvier, 8 février, 15 mars, 12 avril, 10 mai et 7 juin 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 3		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE		Soupe au poulet et nouilles	Crème de légumes	Soupe aux tomates, légumes et riz	Soupe du cultivateur	Potage aux carottes et gingembre
PLAT DU CHEF	1	Boulettes de veau à la suédoise	Pâté au saumon réinventé	Vol-au-vent au poulet	Macaronis à la viande	Poulet barbecue
	2	LUNDI SANS VIANDE Tortellinis au fromage, sauce rosée	Pizza garnie au pepperoni de dinde	Tacos au bœuf en bol de tortilla	Croquettes de dinde maison aux céréales, sauce au choix	Panini au jambon et fromage
CHOIX VÉGÉ	3		Pizza végétarienne	Tacos végétariens	Macaronis, sauce végétarienne	Lanières végé style poulet, sauce barbecue
LÉGUME		Duo de haricots verts et jaunes coupés	Mélange Soleil levant	Macédoine cinq légumes	Fleurettes de brocoli	LE LÉGUME QUI ME TENTE
SALADE		Brochette de légumes et trempette	Salade de légumes croquants	Chiffonnade de laitue et tomates	Salade César	Salade de chou classique
ACCOMPAGNEMENT		Purée de pommes de terre et carottes (plat du chef 1)	-	Quartiers de pommes de terre	Riz pilaf (plat du chef 2)	Pommes de terre maison (plats du chef 1 et 3)
DESSERT		Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON		Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100% (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE		Menu offert les semaines débutant les : 7 septembre, 5 octobre, 2 novembre et 7 décembre 2020; les 18 janvier, 15 février, 22 mars, 19 avril, 17 mai et 14 juin 2021.				

REPAS COMPLET

SEMAINE 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SOUPE	Soupe minestrone aux haricots	Crème de légumes	Soupe aux tomates et coquilles	Soupe au poulet et riz brun ●	Crème émeraude
PLAT DU CHEF	1 Fajita au poulet et ses garnitures ●	Burger au porc barbecue ●	Pâté chinois	Saucisses de dinde en sauce Q	Poulet au miel et cari
	2 LUNDI SANS VIANDE	Fusillis trois couleurs, sauce rosée au poulet	Poisson <i>italiano</i> ●	Spaghettis, sauce à la viande	Pita à l'italienne
CHOIX VÉGÉ ⓘ	3 Macaronis au fromage	Fusillis trois couleurs sauce rosée aux lanières végé style poulet	Pâté chinois végétarien	Spaghettis, sauce végétarienne	Pita végétarien à l'italienne
LÉGUME	Maïs Q	Carottes persillées Q	Mélange Jardinière (haricots et carottes) Q	LE LÉGUME DU JOUR	Mélange Romanesco Q
SALADE	Chiffonnade de laitue et tomates	Salade de chou crémeuse	Salade de betteraves et pommes du Québec Q	Salade César	Brochette de légumes et trempette
ACCOMPAGNEMENT	Pommes de terre aux épices Tex-Mex (plat du chef 1)	Quartiers de pommes de terre (plat du chef 1)	Riz basmati (plat du chef 2)	Purée de pommes de terre et patates douces (plat du chef 1)	Couscous de blé entier aux légumes ● (plat du chef 1)
DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, sont disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. Des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont offerts deux fois par semaine.				
BOISSON	Eau aromatisée, lait ou jus de fruits pur à 100% (coupé d'eau pour réduire la teneur en sucre).				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 14 septembre, 12 octobre, 9 novembre et 14 décembre 2020; les 25 janvier, 22 février, 29 mars, 26 avril, 24 mai et 21 juin 2021.				