


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<p>Semaine 1 13 sept. 11 oct. 8 nov. 6 déc. 3 jan. 31 jan. 28 mars. 25 avril. 23 mai.</p>	<p>Filet de Tilapia <i>(Panure multigrains - non frit)</i> Sauce tartare Pommes de terre en persillade Légumes du jour</p>	<p>Poitrine de poulet à la Grecque Riz aux fines herbes Légumes du jour</p>	<p>Sous-marin chaud César au poulet Salade César</p>	<p>Spaghetti, sauce végétarienne</p>	<p>Pâté chinois</p>	<p>Mets principal et salade-repas : 2,45 \$</p> <p>Fruit frais gratuit à l'achat d'un mets principal ou d'un sandwich !</p> 
<p>Semaine 2 20 sept. 18 oct. 15 nov. 13 déc. 10 jan. 7 fév. 7 mars. 4 avril. 2 mai. 30 mai.</p>	<p>Doigts de poulet <i>(Panure multigrains - non frit)</i> Purée de pommes de terre Légumes du jour</p>	<p>Longe de saumon à la Thaïe Pommes de terre assaisonnées Légumes du jour</p>	<p>Hambourgeois de poulet ou de bœuf Laitue/ tomates/cornichons</p>	<p>Tortellini, sauce rosée Légumes du jour</p>	<p>Pizza santé Salade mixte</p>	
<p>Semaine 3 30 août, 27 sept. 25 oct. 22 nov. 17 jan. 14 fév. 14 mars. 11 avril. 9 mai.</p>	<p>Bouchées de poisson à la mode du Sud <i>(Panure légère non frite et légèrement assaisonnée)</i> Couscous aux carottes et curcuma <i>Sauce du sud-ouest</i> Légumes du jour</p>	<p>Poulet en lanières Tériyaki Sur riz blanc Légumes du jour</p>	<p>Pizza Sous-marin Salade du chef</p>	<p>Spaghetti sauce à la viande et aux légumes</p>	<p>Pilons de poulet piri-piri Pommes de terre en quartiers grillées au four Salade de chou</p>	
<p>Semaine 4 6 sept. 4 oct. 1 nov. 29 nov. 24 jan. 21 fév. 21 mars. 18 avril. 16 mai.</p>	<p>Enchiladas de poisson <i>(Poisson blanc - salsa -fromage cheddar - dans un tortillas)</i> Mélange mexicains</p>	<p>Poulet Tao Riz à l'oriental Salade à la chinoise</p>	<p>Hambourgeois de poulet ou de bœuf Laitue/ tomates/cornichons</p>	<p>Lasagne sauce à la viande et aux légumes</p>	<p>Pizza santé Salade mixte</p>	

LE MENU :

est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires;

peut-être sujet à des changements sans préavis;

n'est pas sans allergènes.