

SEMAINE 1

24 août
28 sept.
02 nov.
07 déc.
25 janv.
01 mars
05 avril
10 mai
14 juin

SEMAINE 2

31 août
05 oct.
09 nov.
14 déc.
01 févr.
08 mars
12 avril
17 mai

SEMAINE 3

07 sept.
12 oct.
16 nov.
04 janv.
08 févr.
15 mars
19 avril
24 mai

SEMAINE 4

14 sept.
19 oct.
23 nov.
11 janv.
15 févr.
22 mars
26 avril
31 mai

SEMAINE 5

21 sept.
26 oct.
30 nov.
18 janv.
22 févr.
29 mars
03 mai
07 juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Soupe bœuf et orge Poulet au beurre Riz basmati Omelette fromage et épinards Brocoli vapeur Salade jardinière	Soupe aux légumes Porc aigre-doux Purée de pommes de terre *Macaroni au fromage Petits pois au beurre Salade César	Crème de champignons Burrito de bœuf/végé Filet de poisson croustillant Salade de grains anciens Carottes aux fines herbes Salade mexicaine	Potage Crécy Cuisse de poulet à la portugaise Quartiers de pommes de terre assaisonnées Pita de falafels Haricots verts Salade fattouche	Soupe aux pois Burger de dinde maison, mayo épicée Tofu Tao Vermicelles de riz Légumes San Francisco grillés au four Salade de chou
Soupe poulet et vermicelles Boulettes de bœuf miel et ail Purée de pommes de terre Quesadilla végété Maïs et poivrons Salade verte	Crème de courge Dinde au lait de coco Riz brun pilaf *Gratin jardinière Légumes parisiens Salade arcadienne	Soupe bœuf et chou Bouchées de poulet croustillantes épicées Quartiers de pommes de terre Frittata à l'italienne Carottes glacées Salade César	Crème de brocoli Pâté chinois/végé Poisson à la tomate et féta Orzo pesto Betteraves Salade jardinière	Soupe aux légumes Assiette grecque <i>(riz, porc mariné, pointe de pita, sauce tzatziki)</i> Chili végétarien Pointe de pita Fleurons de brocoli Salade méditerranéenne
Crème de tomates Pilons de poulet barbecue Pommes de terre grelots Burger aux haricots noirs, sauce chipotle Macédoine de légumes Salade de carottes et chou	Soupe minestrone Bifteck, sauce à la lyonnaise Purée de pommes de terre Lasagne, sauce végété style bolognaise Petits pois verts Salade César	Soupe poulet et quinoa Casserole de thon Pita taco végété Fleurons de brocoli Salade du marché	Soupe à l'oignon Poulet crémeux à la moutarde Riz brun au citron Cocotte brunch <i>(œufs brouillés, cubes de PdT, oignons verts, fromage, sauce hollandaise)</i> Duo de haricots Salade d'épinards et radis	Crème de légumes Veau parmigiana *Cari de pois chiche, lentilles et coco Nouilles aux œufs Mélange Soleil-levant Salade du chef
Crème de chou-fleur Pita à l'italienne Quiche aux légumes et fromage Légumes parisiens Salade jardinière	Soupe aux lentilles Pâté au saumon, sauce aux œufs *Tortellinis, sauce rosée Haricots verts Salade italienne	Soupe poulet et nouilles Poulet teriyaki Riz pilaf *Fajita aux légumes et tofu Légumes grillés au four Salade César	Potage de navets et pommes Sloppy Joe Sauté de pâte à la thaïe végété Rémoulade de carottes Salade de chou	Soupe tomates et riz Cuisse de poulet jerk Cubes de patates douces assaisonnées *Tajine de pois chiches, tofu et légumes racines Carottes au cumin Salade arcadienne
Crème de céleri Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz Petits pois verts Salade du chef	Potage Saint-Germain Pain de viande, sauce chasseur Purée de pommes de terre *Manicottis aux trois fromages Fleurons de brocoli Salade méditerranéenne	Soupe paysanne Roulade de poisson à la florentine Riz au curcuma Pommes de terre garnies végété Zucchini frais au four Salade de carottes	Soupe italienne Poulet parmigiana Pâtes pesto *Wrap aux patates douces et haricots noirs Chou-fleur au curcuma Salade de Kale	Soupe Mulligatawny Farfalles crémeuses au bœuf et tomates Gratin tex-mex végété Salade César Mélange de légumes californiens

Prix du menu du jour

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- lait OU
- jus pur à 100 %
- et le dessert

8,75 \$

NOS PLANS REPAS :

L'ANNUUEL

(Du lundi au vendredi toute l'année)

6,95 \$/jour

L'OCCASIONNEL

(90 repas)

7,80 \$/repas

LE DÉPANNEUR

(50 repas)

8,35 \$/repas

Un bon mode de paiement à la caisse, la « carte Zipthru » disponible à la cafétéria !



Visitez-le



pour plus d'informations.



***Plats inscrits au programme Aliments du Québec au menu.** / Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.
(les plats/produits identifiés pourront être modifiés selon les disponibilités d'approvisionnement lors de la confection des recettes.)



****Plats faisant partie de notre offre végétarienne.**