

Prix du menu du jour

Comprend :

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

6,85 \$

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



Visitez le
www.Chartwellsk12.ca
pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura
qu'à se servir de sa
« carte Zipthru » pour
payer à la caisse.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
SEMAINE 1	Crème de champignons Cari végétarien ¹ (C. Gguen, sec. 3) Pilon de poulet barbecue Riz persillé Haricots verts Salade verte et chou rouge	Soupe aux légumes Burger de poisson Porc souvlaki Carottes au beurre Pommes de terre rôties à l'ail et origan Salade d'épinards	Potage Crécy Boulettes de lentilles corail ¹ (A. Mehdi Benzaid, sec. 1) Purée de pommes de terre Petits pois Pâté au poulet Salade du chef	Soupe poulet et riz Lasagne tofu et épinards ¹ (D. Paquet, sec. 1) Galette de veau coréenne Nouilles au beurre Légumes sautés Salade César	Crème de légumes Effiloché végétarien ¹ (M. Lapierre, sec. 2) Poulet à la portugaise Riz aux fines herbes Jardinière de légumes Salade de chou crémeuse
SEMAINE 2	Crème de patate douce Frittata au brocoli et fromage Boulettes de bœuf suédoises Riz et orge pilaf Courgettes fraîches au four Salade printanière	Soupe au bœuf et orge Falafels et couscous façon nord-africaine ¹ (V. Landié-Maheux, 6 ^e année) Poulet au beurre Pain naan Brocoli vapeur Salade fattouche	Soupe poulet et nouilles Roulade de poisson à la florentine Lentilles vertes aux herbes de Provence Pita à l'italienne Légumes de style californien Salade César	Crème de chou-fleur Pâtes aux haricots et brocoli ¹ (J. Bissonnette, sec. 4) Poulet parmesan Pâtes au beurre Haricots verts au pesto Salade d'épinards et carottes	Soupe minestrone Macaroni au fromage Porc aigre-doux Purée de pommes de terre persillée Sauté de légumes asiatiques Salade du marché
SEMAINE 3	Soupe à l'oignon Pâtes et lentilles ¹ (N. Haltigin, sec. 1) Poulet teriyaki Vermicelles de riz Mélange de légumes bistro Salade César	Crème de tomate à l'italienne Guédille aux crevettes nordiques Porc moutarde et miel Pommes de terre grelots rôties au romarin Brocoli et chou-fleur Salade verte au basilic frais	Crème de carottes au gingembre Chili sin carne Croustilles de tortillas Maïs et poivrons rouges Burger de dinde Salade de chou vert	Soupe aux légumes maison Pâtes primavera aux légumes ¹ (N. Odongui-Bonnard, CE1) Pâté chinois Carottes sautées au cumin Salade du chef	Soupe aux lentilles vertes au cari Omelette-pizza Poulet tandoori Pommes de terre aux épices de Montréal Haricots verts au sésame Salade de carottes
SEMAINE 4	Crème de poulet Poisson-bruschetta Bifteck à la lyonnaise Purée de pommes de terre Pois et carottes Salade de chou rouge	Soupe aux tomates et macaroni Fricassée végétarienne ¹ (L. Goguen, sec. 5) Doigts de poulet Pommes de terre rôties épicées Courgettes vertes sautées Salade printanière	Potage Parmentier au basilic frais Riz frit au tofu Burrito à la viande Mélange de légumes automnal Salade du chef	Soupe aux pois Tortellinis, sauce rosée Quiche lorraine Brocoli grillé à l'ail Salade César	Potage cultivateur Casserole de thon Poulet au cari rouge et à la mangue Riz basmati Carottes et edamame Salade asiatique

* 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.



¹ Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab 22.