

Prix du menu du jour

Comprend :

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

8,25 \$

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
25 août 22 sept. 20 oct. 17 nov. 15 déc. 26 janv. 23 févr. 23 mars 20 avril 18 mai 15 juin	Soupe poulet et légumes Veau parmigiana *Tofu Tao ¹ (A. Bilodeau, sec. 1) Riz persillé Haricots verts Salade César	Soupe aux lentilles Cuisse de poulet à la portugaise Orge pilaf Macaroni au fromage Jardinière de légumes Salade fusion	Crème de poulet Assiette grecque (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita) Poisson-bruschetta Riz à l'ail et origan Haricots au beurre Salade grecque	Soupe aux légumes Pilons de poulet croustillant en croûte d'épices Pommes de terre rôties Chili végétarien Légumes mexicains Salade de chou	Crème de brocoli Bifteck, sauce à la lyonnaise Purée de pommes de terre *Sandwich Banh-mi ¹ (M.-È. Gonthier, enseignante) Carottes persillées Salade jardinière
01 sept. 29 sept. 27 oct. 24 nov. 05 janv. 02 févr. 02 mars 30 mars 27 avril 25 mai	Crème de champignons Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond *Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz Pois verts Salade du marché	Soupe à l'oignon Lasagne Pita de falafels Courgettes sautées aux herbes Salade César	Soupe minestrone Poulet teriyaki riz Pâté au saumon, sauce aux œufs Carottes persillées Salade d'épinards	Crème de légumes Fajita au poulet *Cari de pois chiches Riz basmati Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse	Soupe tomates et quinoa Parmentier de porc effiloché Étagé de légumes grillés et ricotta¹ (W. Hudon, sec. 2) Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun
08 sept. 06 oct. 03 nov. 01 déc. 12 janv. 09 févr. 09 mars 06 avril 04 mai 01 juin	Soupe poulet et vermicelles Boulettes de bœuf suédoises Purée de pommes de terre Manicottis, sauce tomate Légumes à la florentine Salade du chef	Crème de courge Lanières de porc aigre-doux Quinoa Casserole de thon Carottes au cumin Salade californienne	Soupe aux légumes Burrito à l'italienne *Omelette aux légumes et fromage Légumes de Paris Salade du marché	Crème de carottes Poulet au beurre Filet de poisson en croûte d'herbes Pommes de terre Duo de haricots Salade verte au chou rouge	Soupe à l'orientale Macaroni chinois au bœuf Wrap au chili végétarien¹ (V. Fournier, enseignante) Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes
15 sept. 13 oct. 10 nov. 08 déc. 19 janv. 16 févr. 16 mars 13 avril 11 mai 08 juin	Soupe bœuf et orge Burger de poulet cajun Quiche brocoli et fromage Pommes de terre rissolées Légumes racines grillés Salade de maïs et poivrons	Soupe poulet et riz Pâtes, sauce à la viande *Quinoa aux pois chiches et légumes ¹ (C. Binet, sec. 1) Brocoli Salade César	Crème de tomates au basilic Poulet à la cacciatore Filet de poisson grillé, sauce tartare Riz pilaf Jardinière de légumes Salade de chou	Crème de navet Casserole de bœuf épicé et pommes de terre en dés *Gratin jardinière Mélange fusion Salade méditerranéenne	Soupe bœuf et quinoa Bol tex-mex (bœuf) Bol tex-mex (tofu) Riz pilaf Légumes mexicains Salade du marché

*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 (les plats/produits identifiés pourront être modifiés selon les disponibilités d'approvisionnement lors de la confection des recettes.) selon la disponibilité des produits et de la saison.

**Plats faisant partie de notre offre végétarienne.



¹ Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab22.