

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Semaine 1

28 août 05 mars  
02 oct. 09 avril  
06 nov. 14 mai  
11 déc. 18 juin  
29 janv.

Soupe poulet et légumes  
**Pain naan champêtre**  
**Quiche brocoli cheddar**  
Salade verte et chou rouge  
Haricots Verts

Soupe cultivateur  
**Fusilli au bœuf et parmesan**  
**Sandwich chaud au poulet**  
Purée de pommes de terre  
Salade César  
Petits Pois

Crème de poulet  
**Souvlaki maison**  
**Filet de poisson au babeurre**  
Riz multigrain  
Salade grecque  
Légumes Prince-Édouard

Soupe aux lentilles  
**Hachis de bœuf et légumes au cari**  
**Croquettes de légumes**  
Salade jardinière  
Légumes Montego

Crème de brocoli  
**Poulet aux parfums d'Asie**  
Vermicelles de riz  
**Risotto sauce rosée aux légumes, gratiné**  
Salade d'épinards  
Fleurons de brocoli

Semaine 2

04 sept. 05 fév.  
09 oct. 12 mars  
13 nov. 16 avril  
18 déc. 21 mai

Crème de champignons  
**Doigts de poulet**  
**Brochette de tofu à l'indienne**  
Quartiers de pommes de terre rôties  
Cruditis et trempette  
Salade du marché

Soupe à l'oignon  
**Spaghetti sauce à la viande**  
**Crêpe jambon-fromage**  
Salade César  
Rondelles de carottes aux herbes

Soupe minestrone  
**Assiette chinoise**  
(2 pilons de poulet, macaroni chinois)  
**Bœuf aux légumes**  
Orge pilaf  
Légumes chinois  
Salade de chou coloré

Crème de légumes  
**Bifteck épicé, sauce BBQ maison**  
Purée de pommes de terre  
**Pâté au saumon, sauce à l'aneth**  
Fleurons de brocoli  
Salade méditerranéenne

Soupe tomates et coquilles  
**Burger de dinde maison**  
**Pépites de pois chiches croustillantes**  
Quinoa aux légumes  
Salade de carottes et raisins  
Haricots jaunes

Semaine 3

11 sept. 12 fév.  
16 oct. 19 mars  
20 nov. 23 avril  
08 janv. 28 mai

Soupe poulet et vermicelles  
**Polpettes à l'italienne**  
**Escalope de dinde salsa**  
Nouilles aux œufs persillées  
Julienne de légumes  
Salade du chef

Soupe paysanne  
**Penne Bella**  
**Pain de thon aux courgettes sauce câpres et citron**  
Pommes de terre en purée  
Salade César  
Légumes au four

Potage Crécy  
**Poulet aux olives et au citron**  
Riz aux fines herbes  
**Chili, croustilles de tortillas et crème sure**  
Salade d'épinards  
Fleurons de brocoli

Soupe aux pois  
**Pâté chinois**  
**Linguine de la mer**  
Salade de betteraves  
Laitue romaine, carottes et concombre

Soupe bœuf et orge  
**Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée à la lime**  
Pommes de terre rissolées  
**Crêpe jambon fromage**  
Légumes Montego  
Salade verte et chou rouge

Semaine 4

18 sept. 19 fév.  
23 oct. 26 mars  
27 nov. 30 avril  
15 janv. 04 juin

Crème de tomate  
**Cuise de poulet BBQ**  
Pommes de terre grelots  
**Flautas, saveurs mexicaines**  
Salade de chou  
Carottes glacées

Soupe aux légumes  
**Lasagne à la viande**  
**Sauté de porc et brocoli, sauce hoïsin**  
Vermicelles de riz  
Salade César  
Courgettes fraîches au four

Soupe poulet et nouilles  
**Paëlla**  
**Gratin de jambon et brocoli**  
Julienne de navet  
Salade italienne

Crème de courge  
**Poulet au beurre**  
Riz basmati  
**Tacos de poisson**  
Salade du marché  
Duo de haricots

Soupe orientale  
**Mijoté de porc aux poireaux**  
Purée de pommes de terre  
**Pâté végétarien**  
Salade d'épinards  
Chou-fleur au paprika

Semaine 5

25 sept. 26 fév.  
30 oct. 02 avril  
04 déc. 07 mai  
22 janv. 11 juin

Potage Freneuse  
**Boulettes de bœuf Stroganoff**  
**Pilon de dinde au miel et romarin**  
Purée de pommes de terre  
Salade de carottes

Soupe fasolada  
**"Mac n' Cheese"**  
(Macaroni au fromage)  
**Burger Tennessee**  
Salade César  
Légumes soleil levant

Potage choisi  
**Saucisse Créole**  
Semoule de maïs  
**Couscous de légumes racines et pois chiches**  
Salade jardinière  
Fleurons de brocoli

Soupe au chou  
**Cari de poulet**  
Riz basmati  
**Wrap au thon**  
Salade orientale  
Maïs et poivrons

Soupe tomates et quinoa  
**Pizza de l'ouest**  
**Sauté de tofu au gingembre**  
Vermicelles de riz  
Salade fattouche  
Légumes californiens

Prix du repas  
du jour

5,60 \$

Économisez en  
vous procurant des  
jetons-repas  
10 jetons : 55 \$

Les jetons achetés  
en paquet de 10  
peuvent être payés  
par chèque  
à l'ordre du :

**GROUPE COMPASS  
(QUÉBEC) LTÉE**

Aussi disponible à  
la cafétéria le  
paiement avec  
**Interac**