



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1 14 sept 1 fév 12 oct 28 mars 9 nov 26 avril 7 déc 24 mai 4 janv	Poulet au beurre Riz basmati Légumes soleil-levant Compote aux fruits Biscuit social thé Lait	Manicotti au fromage, sauce jardinière Carottes en bâtonnets Fruit frais Lait	Filet de tilapia, chapelure multigrain Gratin dauphinois Brocolis Barre tendre avoine et framboises Jus de fruit	Hambourgeois Tex-Mex Crudités Yogourt en tube Jus de fruits	Pizza aux légumes Biscuit grains et fruits Lait
Semaine 2 21 sept 8 fév 19 oct 8 mars 16 nov 5 avril 14 déc 3 mai 11 janv 31 mai	Gratin de pâtes au thon Dessert laitier (Danette) au chocolat Jus de fruits	Penne aux boulettes végétariennes Sauce pomodoro Macedoine 4 légumes Fruits frais coupés Lait	Poulet parmesan Pâtes au pesto Carottes en rondelles Carré croustillant au riz Lait	Rotinis sauce végétarienne Yogourt individuel Jus de fruits	Saucisses de dinde grillées Purée de pommes de terre Mais Biscuit à l'avoine aux brisures de chocolat Lait
Semaine 3 31 août 15 fév 28 sept 15 mars 26 oct 12 avril 23 nov 12 mai 18 janv 10 mai	Couscous au pois chiches Compote de pommes Biscuit Social thé Jus de fruits	Dhal de lentilles Riz Mini carottes en rondelles Fruit frais Lait	Salade de pâtes à la grecque Galette à l'avoine Lait	Riz au poulet Légumes mexicains Yogourt en tube Jus de fruits	Hambourgeois de poulet Crudités Muffin aux bananes Lait
Semaine 4 7 sept 22 fév 5 oct 22 mars 2 nov 19 avril 30 nov 17 mai 25 janv	Bouchées de poulet, chapelure multigrain, Gratin dauphinois Mais et poisvrons rouges Dessert laitier (Danette) à la vanille Jus de fruits	Croquette de fromage sur pain au sésame Crudités Fruit frais coupés Lait	Omelette au fromage Pommes de terre en quartiers Légumes du jour Barre tendre avoine et pommes Lait	Poulet au lait de coco Riz basmati Carottes en bâtonnets Fromage frais Nano Jus de fruits	Sous-marin chaud au poulet Crudités Biscuit tendre aux fraises Lait



BON APPÉTIT !

LE MENU :

est élaboré par les nutritionnistes des services alimentaires; peut être sujet à des changements sans préavis; n'est pas sans allergènes.



Commission scolaire de Montréal

Pour que votre enfant utilise la carte étudiante à la cafétéria, visitez le : <https://portailparents.ca>
Dans la section « Ressources » et accéder au site web « Ma cafétéria »