



Prix du menu du jour

Comprend :

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

7,50 \$

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) Nouilles aux œufs 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 Brocoli au beurre Salade grecque | Soupe aux légumes Pilons de poulet croustillant en croute d'épices Pommes de terre rôties Wrap aux patates douces et haricots noirs 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 Couscous Pâté au saumon, sauce aux œufs Fleurettes de brocoli Salade d'épinards | Crème de légumes Burrito à la viande *Cari de pois chiches Riz basmati Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse | Soupe tomates et quinoa Pizza au poulet barbecue 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 Shanghai Purée de pommes de terre Dahl à l'indienne Demi-pain naan 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 Pita à l'italienne *Omelette aux légumes et fromage Légumes de Paris Salade du marché | Crème de carottes Poulet au beurre Filet de poisson en croute d'herbes Riz vapeur Duo de haricots Salade verte au chou rouge | Soupe à l'orientale Assiette chinoise Riz frit au soya 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 Parmentier de porc effiloché Bol végété tex-mex Riz Légumes racines grillés Salade du marché | 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 Burger de poulet cajun Quiche brocoli et fromage 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 Poulet à la cacciatore Tacos de poisson (2) Riz pilaf Pois et carottes Salade de maïs et poivrons |



*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.)

**Plats faisant partie de notre offre végétarienne.



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