Menu du jour 2021-2022
Écoles primaires du Centre de services des Hautes Rivières

services alimentaires Laniel St-Laurent

SEMAINE 1	30 août, 27 septembre, 25 octobre, 22 novembre, 20 décembre, 3 janvier, 31 janvier, 7 mars, 4 avril, 2 mai, 30 mai				
	LUNDI	**MARDI**	**MERCREDI**	**JEUDI**	**VENDREDI**
POTAGE	Soupe minestrone	Crème de légumes	Soupe au chou	Crème de courge	Soupe bœuf et orge
ASSIETTE PRINCIPALE	**Tortellinis 3 couleurs sauce rosée** (légumes jardinières)	**Poulet à l'italienne** (riz et duo de courgettes	**Casserole de veau** (légumes jardiniers)	**Poulet shish taouk** (riz et crudités)	**Filet de poisson multigrains** (pommes de terre en cubes et carottes)
DESSERT	**Salade de fruits**	**Gâteau au chocolat**	**Croustade aux pommes**	**Yogourt du jour**	**Gâteau aux épices à l'orange**

SEMAINE 2	6 septembre, 4 octobre, 1er novembre, 29 novembre, 10 janvier, 7 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai et 6 juin				
	LUNDI	**MARDI**	**MERCREDI**	**JEUDI**	**VENDREDI**
POTAGE	Crème de céleri	Soupe tomate et riz	Potage de carottes	Soupe poulet et nouilles	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	**Lasagne crémeuse aux légumes**	**Boulettes suédoises** (bœuf) (pâtes à l'ail et carottes juliennes)	**Poulet BBQ** (pomme de terre et légumes du jour)	**Burritos au bœuf** (riz mexicain)	**Spaghetti sauce à la viande** (porc et bœuf) (crudités)
DESSERT	**Compote de pommes**	**Pain aux bananes et mélasse**	**Tartelette au citron**	**Pouding au chocolat**	**Gâteau à la vanille**

SEMAINE 3	13 septembre, 11 octobre, 8 novembre, 6 décembre, 17 janvier, 14 février, 21 mars, 18 avril, 16 mai				
	LUNDI	**MARDI**	**MERCREDI**	**JEUDI**	**VENDREDI**
POTAGE	Soupe paysanne	Crème de tomates	Soupe poulet et riz	Crème de légumes	Soupe au bœuf et nouilles
ASSIETTE PRINCIPALE	**Frittata méditerranéenne** (riz)	**Penne au poulet Alfredo** (brocoli)	**Pâté au saumon** (sauce aux œufs et légumes jardiniers)	**Riz TEX-MEX au bœuf** (légumes du jour)	**Bâtonnets de poulet croustillants** (crudités et pomme de terre en quartier)
DESSERT	**Salade de fruits**	**Carré à la gelée de fruits et yogourt**	**Pouding chômeur**	**Croustillant aux fruits**	**Gâteau aux carottes**

SEMAINE 4	20 septembre, 18 octobre, 15 novembre, 13 décembre, 24 janvier, 21 février, 28 mars, 25 avril, 23 mai				
	LUNDI	**MARDI**	**MERCREDI**	**JEUDI**	**VENDREDI**
POTAGE	Crème de brocoli	Soupe tomate et légumes	Crème de poulet	Soupe bœuf et riz	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	**Chili végétarien** (pain naan et brocoli)	**Pâté au poulet** (crudités)	**Porc teriyaki style sauté** (riz et légumes thaïs)	**Pain de viande au fromage** (pomme de terre et brocoli)	**Inspiration au gré des saisons**
DESSERT	**Pouding vanille**	**Gâteau aux petits fruits**	**Tartelette aux fraises**	**Carré aux dattes**	**Dessert du moment**

Menus alternatifs	**Septembre-octobre-novembre : tortilla au bœuf ou pizza au fromage ou tortellini sauce rosée** **Décembre-janvier-février-mars : tortilla à la dinde ou pâté chinois végétarien ou tortellini sauce rosée** **Avril-mai-juin : tortilla au poulet Tex-Mex ou spaghetti sauce à la viande ou tortellini sauce rosée**

Aliments du Québec — Institution au Menu

50% et plus de ce mets est composé d'aliments du Québec ou transformés au Québec