

CAFÉTÉRIA

Menu pour 4 semaines 2020-2021

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Soupe ou salade	Crème	Tomates et vermicelles	Légumes	Poulet et nouilles	Nouilles et légumes
Sem 1: 31 août, 28 sept, 26 oct, 23 nov, 21 dec, 7 janv, 1 fev, 8 mars, 6 avril, 3 mai, 31 mai	Plat principal Dessert	Sauté de porc aux légumes Yogourt	Pâtes Alfredo Dessert maison	Ragoûts de boulettes patate légumes Salade de fruits	Spaghetti sauce à la viande Pouding	Burger de poulet Salade verte Petit gâteau
Sem. 2 :8 sept, 5 oct, 2 nov, 30 nov, 11 janv, 8 fev, 15 mars, 12 avril, 10 mai, 7 juin,	Plat principal Dessert	Pâté au poulet Légumes Yogourt	Chili à la viande Dessert maison	Boulettes hawaïennes Riz, légumes Salade de fruits	Pâte sauces rosé Pouding	Fajitas Nachos, salsa Petit gâteau
Sem. 3 : 14 sept, 12 oct, 9 nov, 7 dec, 18 janv, 15 fev, 22 mars, 19 avril, 17 mai, 14 juin	Plat principal Dessert	Pâté au saumon Légumes Yogourt	Fricassée au poulet Dessert maison	Souvlaki de porc riz légumes Salade de fruits	Pâtes gratinées Boulette Italienne Pouding	Hamburger Crudités Petit gâteau
Sem. 4 21 sept, 19 oct, 16 nov, 14 dec, 25 janv, 22 fev, 29 mars, 26 avril, 24 mai, 21 juin.	Plat principal Dessert	Macaroni chinois Yogourt	Tourtière patate pilée légumes Dessert maison	Vol au vent Salade maison Salade de fruits	Macaroni à la viande Pouding	Taco pain tortillas Petit gâteau

Plat principal : 3,60\$

Plat principal + breuvage + dessert : 5.10\$

Plat principal + soupe ou salade + breuvage + dessert : 5.35 \$

IMPORTANT :

Les élèves doivent se procurer leur estampe entre 6 h 30 et 7 h 50 à la cafétéria.

Sandwich :	Jambon, thon, poulet, œuf.	2.25\$	Salade :	Mini	0,75\$	Collations	
	Grilled Cheese :	2.25\$				Muffins (farine d'avoine, brisures de chocolat)	0,75 \$
	Assiette de crudités :	2.25\$				Rita au fromage.	0.75\$
	Soupe:	0.75\$				Salade de fruits	0,75\$
						Barres tendres chocolat sans noix	0,75 \$
				Professeur	4.00\$		
				Extra protéine	1.00\$		
				Lait	0,75 \$		
				Jus Oasis	0,75 \$		
Dessert :		0,75 \$		V-8	0,75 \$		

N.B. : Des légumes seront servis avec les repas à raison d'une demi-tasse par assiette. Une alternative est disponible concernant le dessert.

La cafétéria sera ouverte dès le 8 septembre 2020. Veuillez prendre note que les élèves qui commandent ne pourront pas être remboursés s'ils doivent quitter l'école durant la journée et qu'ils n'avisent pas la cantinière, il en va de même pour ceux commandant à la semaine. Il suffit de demander à la secrétaire de transmettre le message. Merci!

CAFÉTÉRIA

Menu pour 4 semaines 2020-2021

Ingrédients

Tourtière	Pâte à tarte, bœuf haché, porc haché, oignons, céleris. Patates, lait, beurre et légumes du jour.
Quiche	Pâte à tarte, œufs, jambon, lait, légumes du jour.
Fajitas au poulet	Poulet, salsa, laitue, fromage, tortillas, nachos.
Roulé de porc	Porc haché, laitue, fromage, tortillas, crudités.
Chop suey	Fèves germées, sauce soya, bœuf haché ou poulet.
Pâtes gratinées	Pâtes, sauce à la viande, mozzarella, salade maison.
Macaroni à la viande	Macaroni, bœuf haché, carottes, céleris, poivrons, soupe aux tomates, sauce tomate, salade maison.
Chili à la viande	Sauce tomate, légumineuses, céleris, carottes, oignons, bœuf haché.
Pâtes Alfredo	Pennes, poulet, brocolis, sauce Alfredo.
Hamburger	Bœuf haché, petit pain, crudités.
Burger de poulet	Filet de poulet, petit pain, salade.
Souvlakis de porc	Souvlakis de porc, riz pilaf, légumes du jour.
Spaghetti	Sauce à la viande, pâtes, salade verte.
Ragoût de boulettes	Bœuf en boulettes, sauce brune, patates, lait, beurre, légumes.
Vol-au-vent	Poulet, céleris, carottes, sauce à la King, timbale, salade césar.
Pâté au saumon	Pâte à tarte, saumon, patates, céleris, oignons.
Pâté au poulet	Pâte à tarte, poulet, carottes, céleris, pois, oignons.
Boulettes Hawaïennes	Bœuf en boulettes, sauce soya, ananas, jus d'ananas
Macaronis chinois	Macaronis, poivrons, carottes, céleris, oignons, sauce soya, poulet.
Pâtes au fromage, jambon et légumes	Pâtes, sauce au fromage, jambon, légumes.