

# MENUS 2021-2022

## École St-Michel de Rougemont

SEMAINE DÉBUTANT LE		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	REPAS FROID (tous les jours)
30 août 25 oct. 20 déc. 21 fév. 25 avril 20 juin	27 sept. 22 nov. 24 janv. 28 mars 23 mai	Soupe Méli-Mélo <b>Steak de Jambon à l'Ananas</b> Purée de Pommes de Terre Carottes Yogourt aux Fraises	<b>Burger de Poulet</b> Couscous Crudités et/ou Fruits Galette à l'Avoine	Crème de Légumes <b>Macaroni</b> Variété de Crudités Jello à l'Orange	Soupe Poulet & Étoiles <b>Tourtière</b> Salade de Chou Crémeuse Muffin Gruau & Framboises	Jus de Légumes ou Tomates <b>Pizza Froide aux Tomates &amp; Fromage</b> Crudités et/ou Fruits Pêche	<b>SANDWICH</b> <b>Poulet / Jambon / Oeuf</b> Soupe & Dessert du jour Fromage, Crudités, Fruits ou Salade
06 sept. 01 nov. 03 janv. 07 mars 02 mai	04 oct. 29 nov. 31 janv. 04 avril 30 mai	<b>Tortellinis aux 4 Fromages</b> Salade Jardinière Variété de Crudités Yogourt Vanille & Mandarines	Soupe Bœuf & Coquillettes <b>Saucisses de Poulet</b> Purée de Pommes de Terre Petits Haricots Galette Avoine & Raisins	Crème de Carottes <b>Spaghetti</b> Variété de Crudités Pouding au Chocolat	Soupe Poulet & Nouilles <b>Pâté Chinois</b> Marinades Muffin Gruau & Bleuets	Jus de Légumes ou Tomates <b>Salade de Thon &amp; Pommes</b> Crudités et/ou Fruits Petit Pain Naan Poires	<b>SANDWICH</b> <b>Poulet / Jambon / Oeuf</b> Soupe & Dessert du jour Fromage, Crudités, Fruits ou Salade
13 sept. 08 nov. 10 janv. 14 mars 09 mai	11 oct. 06 déc. 07 fév. 11 avril 06 juin	Soupe Tomates & Anneaux <b>Cheeseburger Végétarien</b> Variété de Crudités Yogourt à la Vanille	Crème de Poireaux <b>Assiette Chinoise &amp; Egg Roll</b> Galette Avoine & Pommes	Soupe aux Légumes <b>Vol au Vent au Poulet</b> Salade de Chou Crémeuse Jello aux Cerises	<b>Petits Pains Farcis à la Viande</b> Salade de Macaroni Muffin Gruau & Carottes	Jus de Légumes ou Tomates <b>Tarte au Saumon Gratinée</b> Maïs en Grain Crudités et/ou Fruits Salade de Fruits	<b>SANDWICH</b> <b>Poulet / Jambon / Oeuf</b> Soupe & Dessert du jour Fromage, Crudités, Fruits ou Salade
20 sept. 15 nov. 17 janv. 21 mars 16 mai	18 oct. 13 déc. 14 fév. 18 avril 13 juin	Soupe Poulet & Alphabet <b>Quiche Surprise</b> Variété de Crudités Yogourt aux Pêches	Crème de Tomates <b>Ragoût de Boulettes</b> Purée de Pommes de Terre Cocktail de Légumes Chauds Pain aux Bananes	Soupe Légumes & Vermicelle <b>La Poutine du Triangle</b> Variété de Crudités Pouding à la Vanille	<b>Lasagne</b> Salade Surprise Muffin Gruau & Fruits	Jus de Légumes ou Tomates <b>Burger de Poisson</b> Crudités et/ou Fruits Compote de Pommes	<b>SANDWICH</b> <b>Poulet / Jambon / Oeuf</b> Soupe & Dessert du jour Fromage, Crudités, Fruits ou Salade

### REMARQUES :

- L'achat d'une Carte-Repas sur notre site WEB est souhaitée et encouragée.**
  - **10 repas = \$60.00**
  - **21 repas = \$120.00** (revient à **\$5.71** du repas / **ajout de 1 repas gratuit à l'achat d'une carte de 20 repas = 21 repas**).
  - **32 repas = \$180.00** (revient à **\$5.62** du repas / **ajout de 2 repas gratuits à l'achat d'une carte de 30 repas = 32 repas**).
  - **3** facilités de paiement acceptées pour la Carte-Repas :
    - Site WEB ([www.triangledugourmet.com](http://www.triangledugourmet.com)), Onglet "ÉCOLES" par **Virement Interac**, votre **Carte de Crédit** ou votre compte **PayPal**.
    - Par téléphone au Triangle du Gourmet (**450-469-5756**) avec votre carte de crédit dès 6 :00 le matin.
    - Au Triangle du Gourmet (**2001-A, route 112 à St-Césaire**): argent comptant, carte de débit ou carte de crédit.
- BREUVAGE** : jus de fruits, jus de légumes ou berlingot de lait 2%.
- REPAS CHAUD** ou **FROID** : servis avec crudités, fruits, salade ou légumes chauds.
- DESSERT** : dessert du jour ou fruit frais.
- Consultez notre **PAGE FACEBOOK** pour être informé de la situation probable suivante :
  - En cas de **TEMPÊTE DE NEIGE**, le menu prévu cette journée **POURRAIT ÊTRE** reporté au **LENDEMAIN**.
- Les réservations de repas sont prises le matin dans les groupes-classes (l'élève doit choisir entre le repas chaud ou le repas froid).
- Pour les repas froids: l'enfant doit choisir entre un sandwich : soit au **Poulet** / au **Jambon** / aux **Oeuf**.
- Le prix du **REPAS COMPLET** (chaud ou froid) est de **\$6.00**.
- Le prix de l'assiette principale (chaude ou froide) est de **\$4.50**.
- Pour le paiement d'un repas à la fois, déposer l'argent comptant et/ou monnaie dans un petit sac transparent au nom de votre enfant.
- Aucune demande de crédit ne sera acceptée par le personnel de la cafétéria à l'école**
- En cas de contretemps pour le paiement d'un repas, prenez entente avec nous par téléphone (450-469-5756) le matin même.**
- Prenez note que nous n'acceptons plus de CHÈQUE PERSONNEL comme paiement pour le Repas Individuel ou la Carte-Repas.**

### PRODUITS À L'UNITÉ (disponibilité selon l'école):

Soupe du jour	\$1.00
Sandwich : Poulet / Jambon / Oeuf	\$3.00
Dessert du jour	\$1.00
Fruits Frais	\$1.25
Yogourt aux Fruits	\$1.00
Galette à l'Avoine	\$1.00
Variété de Biscuits Voortman	\$0.50
Bâtonnet aux Fruits	\$1.25
Berlingot de Lait 2%	\$1.25
Jus de Fruits ou de Légumes OASIS	\$1.00



**NICOLE BOURQUE**  
**SYLVAIN TÊTREAU**  
PROPRIÉTAIRES

Tél: 450.469.5756 • Fax: 450.469.0542  
letriangledugourmet@hotmail.com  
2001-A, route 112, St-Césaire QC J0L 1T0

[WWW.TRIANGLEDUGOURMET.COM](http://WWW.TRIANGLEDUGOURMET.COM)