



REPAS

SEMAINE 1
Semaine du
1 sept / 13 oct
/ 24 nov /
19 janv / 9 mar
/ 20 avril / 1 juin

SEMAINE 2
Semaine du
8 sept / 20 oct
/ 1 déc. /
/ 26 janv /
/ 16 mars /
27 avril / 8 juin

SEMAINE 3
Semaine du
15 sept / 27 oct /
8 déc / 2 fév /
23 mars / 4 mai /
15 juin

Semaine du

lundi

mardi

mercredi

jeudi

vendredi

F : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello et crudités
C1 : Pâté au poulet, pois et carottes
C2 : Omelette western (jambon), purée de pommes de terre et carottes
V : Manicotti à la ricotta et épinards avec sauce aux tomates et légumes

Inclus : Compote de pommes et fraises / Fromage Ficello / Boisson

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités
C1 : BRUNCH: Mini omelette, crêpe et légumes
C2 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée, et aux légumes
V : Tofu Général Tao, riz et légumes

Inclus : Fruit frais / Petit pain de blé / Boisson

F : Pita avec thon et céleri, avec crudités
C1 : Lasagne à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes
C2 : Boulettes de poulet barbecue, riz et légumes
V : Boulettes végétariennes barbecue, riz et légumes

Inclus : Barre granola / Fruit frais / Boisson

F : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage
C1 : 2 cannellonis farcis au poulet et légumes, sauce aux tomates
C2 : Hamburger au poulet
V : Salade de couscous aux légumes et légumineuses

Inclus : Crudités, Yogourt en tube / Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Boisson

F : Salade mexicaine avec poulet, fromage, salsa et biscotte Melba
C1 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes
C2 : Pâté chinois au bœuf
V : Tofu Général Tao, riz et légumes

Inclus : Galette à l'avoine / Crudités / Boisson

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités
C1 : Macaroni au fromage « Midibouffe » avec légumes
C2 : Bœuf en sauce brune, pommes de terre en quartiers et carottes
V : Omelette au fromage, pommes de terre en quartier et carottes

Inclus : Fruit Frais / Petit pain de blé / Boisson

F : Duo sandwich et salade (sandwich dinde/fromage avec salade et vinaigrette italienne)
C1 : Boulettes de poulet au chili doux, riz et légumes
C2 : Pâté chinois au bœuf
V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes

Inclus : Fruit frais / Fromage Ficello / Boisson

F : Sandwich pain de blé farci au poulet et céleri
C1 : Hamburger au bœuf
C2 : Tortilla de blé au poulet grillé et fromage
V : Mini ravioli au fromage, sauce aux tomates

Inclus : Crudités / Yogourt en tube / Biscuit soleil à l'avoine / Boisson

F : Sandwich pain de blé farci à la salade d'œufs
C1 : Tortellinis farcis à la viande avec sauce rosée
C2 : Hamburger au poulet
V : Burger végétarien

Inclus : Salade de chou / Barre granola / Fromage Ficello / Boisson

F : Salade à l'orientale au poulet avec pain de blé
C1 : Poulet parmigiana avec riz et légumes
C2 : Penne sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes
V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes

Inclus : Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Crudités / Boisson

F : Mini Naan, houmous, fromage Ficello et crudités
C1 : Saumon avec riz et légumes
C2 : Poitrine de poulet barbecue avec riz et légumes
V : Fusilli aux légumes avec sauce jardinière, gratiné

Inclus : Yogourt en tube / Petit pain de blé / Boisson

F : Duo sandwich (jambon/fromage) et salade de macaroni (jambon/légumes)
C1 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes
C2 : 5 Croquettes de poulet, purée de pommes de terre et légumes
V : Omelette au fromage, pommes de terre en quartier et légumes

Inclus : Biscuit soleil à l'avoine / Fromage Ficello / Boisson

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités
C1 : Pâté chinois au bœuf
C2 : Paté chinois aux lentilles
V : Fusilli aux légumes avec sauce jardinière, gratiné

Inclus : Fruit Frais / Yogourt en tube / Boisson

F : Pizza aux tomates, fromage Ficello et crudités
C1 : Omelette au fromage, patates et carottes
C2 : Lasagne à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et légumes
V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes

Inclus : Pouding au chocolat / Fruit frais / Boisson

F : Salade César au poulet avec fromage et crotons
C1 : Poulet au beurre, riz et légumes
C2 : Hamburger au poulet
V : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello

Inclus : Crudités / Barre granola / Yogourt en tube / Boisson

BOISSON = JUS HYDRAFRUIT OU LAIT 2%

F= REPAS FROID, C1= REPAS CHAUD, C2= REPAS CHAUD, V= REPAS VÉGÉTARIEN (CHAUD OU FROID)

** AUCUNE COMMANDE NI ANNULATION POUR LE MÊME JOUR NE SERA POSSIBLE APRÈS 8H00**



lundi

mardi

mercredi

jeudi

vendredi

REPAS

Semaine du

SEMAINE 4
Semaine du
22 sept / 3 nov
15 déc / 9 fév /
30 mars /
11 mai / 22 juin

SEMAINE 5
Semaine du
29 sept / 10 nov
/ 5 janv / 16 fév
/ 6 avr / 18 mai

SEMAINE 6
Semaine du
6 oct / 17 nov /
12 janv / 23 fév
/ 13 avr /
25 mai

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités C1 : Omelette Western (jambon), pommes de terre et carottes C2 : Penne sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes Inclus : Fruit frais / Petit pain de blé / Boisson	F1 : Sous-marin au poulet et poivrons C1 : Saumon, purée de pommes de terre et carottes C2 : Pâté chinois au bœuf V : Bol poké avec œuf, fruits et laitue mixte Inclus : Yogourt en tube / Biscuit soleil à l'avoine / Boisson	F : Sandwich pain de blé farci au poulet et céleri C1 : Repas thématique : Tourtière au bœuf et veau, purée de pommes de terre, pois et carottes C2 : Hamburger au poulet V : Salade de pâtes à la grecque (Fusilli, tomates, concombres, oignons et fromage feta) Inclus : Crudités / Biscuit aux quinoa et canneberges / Fromage Ficello / Boisson	F : Salade César au poulet avec fromage et croutons C1 : Hamburger au bœuf C2 : 2 Cannellonis au poulet et légumes avec sauce aux tomates V : Burger végétarien Inclus : Salade de chou / Barre granola / Fruit frais / Boisson	F : Mini Naan, houmous, fromage Ficello C1 : Pizza roulée avec pepperoni de dinde et fromage C2 : Fusilli sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes V : Salade de pâtes à la grecque (Fusilli, tomates, concombres, oignons et feta) Inclus : Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Crudités / Boisson
F : Sous-marin au poulet et poivrons C1 : Lasagne à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes C2 : Poulet Général Tao, riz et légumes V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes Inclus : Compote de pommes et fraises / Petit pain de blé / Boisson	F : Salade mexicaine avec poulet, fromage, salsa et biscotte Melba C1 : BRUNCH: Mini omelette, crêpe et légumes C2 : Pâté chinois au bœuf V : Bol Poké avec tofu, fruits et laitue mixte Inclus : Fruit Frais / Fromage Ficello / Boisson	F : Duo sandwich et salade (sandwich jambon /fromage avec salade et vinaigrette italienne) C1 : 5 Croquettes de poulet, purée, maïs et carottes C2 : Penne Alfredo avec poulet et brocoli V : Penne Alfredo avec tofu et brocoli Inclus : Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Yogourt en tube / Boisson	F : Salade de couscous aux légumes et légumineuses C1 : Penne sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes C2 : Hamburger au poulet V : Bol poké avec œuf, fruits et laitue mixte Inclus : Crudités / Barre granola / Fromage Ficello / Boisson	F : Salade à l'orientale au poulet avec petit pain de blé C1 : Pizza roulée avec pepperoni de dinde et fromage C2 : Poulet au beurre, riz et légumes V : Burrito aux fèves, maïs, riz, oignons rouges, laitue, salsa et guacamole Inclus : Galette à l'avoine / Crudités / Boisson
F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités C1 : Pâté au saumon avec légumes C2 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes V : Tofu Général Tao, riz et légumes Inclus : Fruit frais / Yogourt en tube / Boisson	F : Tortilla de blé au poulet grillé, laitue, carottes, vinaigrette ranch C1 : Côtes levées sans os, riz et légumes C2 : Pâté chinois au bœuf V : Mini ravioli au fromage, légumes, sauce rosée Inclus : Compote de pommes et fraises / Petit pain de blé / Boisson	F : Sandwich pain de blé farci au jambon C1 : Hamburger au bœuf C2 : Macaroni au fromage « Midibouffe » V : Tofu Général Tao, riz et légumes Inclus : Crudités / Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Fromage Ficello / Boisson	F : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage, avec crudités C1 : Boulettes (bœuf) à l'italienne, patates et légumes C2 : Pizza de blé, pepperoni de dinde, piments, oignons et fromage V : Boulettes végétariennes à l'italienne, patates et légumes Inclus : Fruit frais / Yogourt en tube / Boisson	F : Salade grecque (laitue, tomates, concombres, fromage feta) C1 : Hamburger au poulet C2 : Sous marin au boulettes (bœuf), sauce aux tomates V : Mini Naan, houmous, fromage Ficello Inclus : Crudités / Biscuit soleil à l'avoine/ Yogourt en tube / Boisson

BOISSON = JUS HYDRAFRUIT OU LAIT 2%

F= REPAS FROID, C1= REPAS CHAUD, C2= REPAS CHAUD, V= REPAS VÉGÉTARIEN (CHAUD OU FROID)

** AUCUNE COMMANDE NI ANNULATION POUR LE MÊME JOUR NE SERA POSSIBLE APRÈS 8H00***

LES REPAS PEUVENT VARIER SELON LES CENTRES DE SERVICES SCOLAIRE
PAR SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT, DES USTENSILES RÉUTILISABLES DOIVENT ÊTRE APPORTÉS DE LA MAISON

LES DENRÉES PEUVENT ÊTRE REMPLACÉES SANS PRÉAVIS
M.A.J. 20 OCT 2025