



REPAS

SEMAINE 1
Semaine du
24 août / 5 oct
/ 16 nov /
11 janv / 22 fév
/ 12 avril /
/ 24 mai

SEMAINE 2
Semaine du
31 août / 12
oct / 23 nov /
18 janv
/ 8 mars /
19 avril / 31 mai

SEMAINE 3
Semaine du
7 sept / 19 oct /
30 nov / 25 janv /
15 mars / 26 avril
/ 7 juin

Semaine du

lundi

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités
C1 : Pâté au poulet, pois et carottes
C2 : Macaroni sauce à la viande (boeuf), protéine végétale texturée, et aux légumes
V : Boulettes végétariennes barbecue, riz et légumes

Inclus : Biscuit au quinoa et aux canneberges / Yogourt en tube / Boisson

F : Sous-marin au poulet et poivrons
C1 : Poulet en sauce brune, pommes de terre et légumes
C2 : Omelette au fromage, pommes de terre en cube et légumes
V : 2 manicotti ricotta et épinards, sauce aux tomates, avec légumes

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

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités
C1 : Lasagne à la viande (boeuf), protéine végétale texturée et légumes
C2 : Poitrine de poulet barbecue avec pommes de terre et légumes
V : Tofu au chili doux, couscous et légumes

Inclus : Biscuit à l'avoine et dattes / Fromage Ficello / Boisson

mardi

F : Sandwich pain de blé farci à la salade d'œufs, avec crudités
C1 : Côte levée de porc sans os, riz et légumes
C2 : Pâté chinois au boeuf
V : Burrito aux fèves, maïs, riz, oignons rouges, laitue, salsa et guacamole

Inclus : Compote de pommes et fraises / 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 boeuf
V : Pâté chinois aux lentilles

Inclus : Fruit frais / Pouding au chocolat / Boisson

F : Salade mexicaine avec poulet, fromage, salsa et biscotte Melba
C1 : Portion de poisson, riz et légumes
C2 : Pâté chinois au boeuf
V : Bol Poké aux fruits avec tofu, carottes râpées et vinaigrette japonaise

Inclus : Compote de pommes et fraises / Petit pain de blé / Boisson

mercredi

F : Sandwich pain de blé farci au jambon
C1 : Hamburger au boeuf
C2 : Sous marin aux boulettes de boeuf et sauce tomates
V : Mini ravioli au fromage, sauce aux tomates

Inclus : Crudités / Galette à l'avoine / Fromage Ficello / Boisson

F : Mini Naan, houmous et fromage Ficello
C1 : Hamburger au boeuf
C2 : Tortilla de blé au poulet grillé et fromage
V : Mini ravioli au fromage, sauce rosée

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

F : Duo sandwich et salade (sandwich jambon /fromage avec salade et vinaigrette italienne)
C1 : Croquettes de poulet multigrains, purée et légumes
C2 : Penne Alfredo avec poulet et brocoli
V : Mini Naan, houmous, fromage Ficello et crudités

Inclus : Fruit Frais / Yogourt en tube / Boisson

jeudi

F : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage, avec crudités
C1 : Boulettes (boeuf) avec sauce aux tomates, patates et légumes
C2 : Pizza de blé, pepperoni de dinde, piments, oignons et fromage
V : Salade de pâtes à la grecque (Fusilli, tomates, concombres, oignons et feta)

Inclus : Fruit frais / Yogourt en tube / Boisson

F : Tortilla de blé au poulet, laitue, carottes, vinaigrette ranch
C1 : Tortellinis farcis à la viande avec sauce rosée
C2 : Sous marin aux boulettes de boeuf et sauce tomates
V : Burger végétarien

Inclus : Salade de chou / Compote de pommes et bleuets / Fromage Ficello / Boisson

F : Sandwich de blé farci à la salade de thon et céleri
C1 : Penne sauce à la viande (boeuf), protéine végétale texturée et aux légumes
C2 : Hamburger au poulet
V : Bol Poké aux fruits avec œufs, carottes râpées et vinaigrette japonaise

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

vendredi

F : Salade grecque (laitue, tomates, concombres, fromage feta)
C1 : Hamburger au poulet
C2 : Macaroni au fromage « Midibouffe »
V : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello

Inclus : Crudités / Biscuit soleil avoine & framboises / 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 (boeuf), protéine végétale texturée et aux légumes
V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes

Inclus : Fruit frais / Biscuit soleil l'avoine et framboises / Boisson

F : Salade de couscous aux légumes et légumineuses
C1 : Tortilla de blé roulée avec pepperoni à la dinde et fromage
C2 : Poulet au beurre, riz pilaf et légumes
V : Tofu BBQ, riz et légumes

Inclus : Crudités / Yogourt en tube / Biscuit à l'avoine / 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. 16 août 2026



REPAS

lundi

mardi

mercredi

jeudi

vendredi

Semaine du

SEMAINE 4
Semaine du
14 sept / 26 oct
/ 7 déc / 1 fév /
22 mars /
3 mai / 14 juin

SEMAINE 5
Semaine du
21 sept / 2 nov
/ 14 déc / 8 fév
/ 29 mars / 10
mai / 21 juin

SEMAINE 6
Semaine du
28 sept / 9 nov /
4 janv / 15 fév /
5 avr /
17 mai

F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités C1 : Côte levée de porc sans os avec riz pilaf et légumes C2 : Penne sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes V : Quiche jardinière, pommes de terre en cubes et légumes Inclus : Fromage Ficello / Biscuit au quinoa et aux canneberges / Boisson	F1 : Sous-marin au poulet et poivrons C1 : Omelette western (jambon) couscous et carottes C2 : Pâté chinois au bœuf V : Bol Poké aux fruits avec œufs, carottes râpées et vinaigrette japonaise Inclus : Fruit frais / Yogourt en tube / Boisson	F : Sandwich pain de blé farci au poulet et céleri C1 : Poulet parmigiana avec riz et légumes C2 : Sous marin aux boulettes de bœuf et sauce tomates V : Salade de pâtes à la grecque (Fusilli, tomates, concombres, oignons et fromage feta) Inclus : Crudités / Ficello / Compote de pommes / Boisson	F : Salade César au poulet avec fromage et croutons C1 : Hamburger au bœuf C2 : 2 cannellonis farcis au poulet et légumes, avec sauce aux tomates V : Burger végétarien Inclus : Salade de chou / Fruit frais / Pouding à la vanille / Boisson	F : Mini Naan, houmous & Ficello C1 : Tortilla de blé roulée avec pepperoni de dinde et fromage C2 : Fusilli sauce à la viande (bœuf), PVT et aux légumes V : Salade de pâtes à la grecque (Fusilli, tomates, concombres, oignons et feta) Inclus : Crudités / Biscuit soleil à l'avoine et aux framboises / Yogourt en tube / Boisson
F : Mini Naan, houmous et fromage Ficello, crudités C1 : Boulettes (bœuf) avec sauce aux tomates, patates et légumes C2 : Poitrine de poulet barbecue avec patates et légumes V : Fusilli avec sauce jardinière, gratiné Inclus : Compote de pommes fraises / Petit pain de blé / Boisson	F : Duo sandwich et salade (sandwich jambon /fromage avec salade et vinaigrette italienne) C1 : Penne sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes C2 : Croquettes de poulet multigrains, purée et légumes V : Omelette au fromage, carottes & maïs Inclus : Yogourt en tube / Biscuit à l'avoine et dattes / Boisson	F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités C1 : Pâté chinois au bœuf C2 : Pâté chinois aux lentilles (sans viande) V : Tofu Général Tao, riz pilaf et légumes Inclus : Pouding au chocolat / Fromage Ficello/ Boisson	F : Pizza aux tomates, fromage Ficello, et crudités C1 : Portion de poisson, riz et légumes C2 : Lasagne sauce à la viande (bœuf) et aux légumes V : Taquito végétarien au four, riz et quinoa, légumes Inclus : Fruit frais / Galette à l'avoine / Boisson	F : Salade César au poulet avec fromage et croutons C1 : Poulet au beurre, riz pilaf et légumes C2 : Hamburger au poulet V : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello Inclus : Crudités /Fruit frais/ Biscuit soleil avoine et framboises/ Boisson
F : Mini Naan, houmous et fromage Ficello, crudités C1 : Macaroni au fromage « Midibouffe » et brocoli C2 : Bœuf en sauce brune, pommes de terre et carottes V : Quiche jardinière, pommes de terre et légumes Inclus : Fruit frais / Yogourt en tube / Boisson	F : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités C1 : Pâté au poulet, pois et carottes C2 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et légumes V : Tofu Chili Doux, couscous et légumes Inclus : Compote de pommes et bleuets / Petit pain de blé / Boisson	F : Sandwich de blé farci à la salade de thon et céleri, avec crudités C1 : Lasagne à la viande(bœuf), protéine végétale texturée et aux légumes C2 : Boulettes de poulet barbecue, riz pilaf et légumes V : Boulettes végétariennes barbecue, riz et légumes Inclus : Galette à l'avoine / Fromage Ficello / Boisson	F : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage C1 : 2 cannellonis farcis au poulet et légumes, avec sauce aux tomates C2 : Tortilla de blé au poulet grillé et fromage V : Salade de couscous aux légumes et légumineuses Inclus : Crudités / Yogourt en tube/ Biscuit au quinoa et canneberges / Boisson	F : Salade mexicaine avec poulet, fromage, salsa et biscotte melba C1 : Macaroni sauce à la viande (bœuf), protéine végétale texturée et légumes C2 : Pâté chinois au bœuf V : Tofu Général Tao, riz et légumes Inclus : Biscuit soleil à l'avoine et framboises / Fromage Ficello / 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. 16 août 2026