



**Semaine du**

**REPAS**

**SEMAINE 1**

26 août  
21 oct.  
16 déc.  
24 fév.  
28 avr.  
23 juin

**SEMAINE 2**

2 sept.  
28 oct.  
6 janv.  
10 mars  
5 mai

**SEMAINE 3**

9 sept.  
4 nov.  
13 janv.  
17 mars  
12 mai

**SEMAINE 4**

16 sept.  
11 nov.  
20 janv.  
24 mars  
19 mai

| Lundi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Mardi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Mercredi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jeudi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Vendredi                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>F</b> : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello et crudités<br><b>C1</b> : Pâté au poulet, pois et carottes<br><b>C2</b> : Saucisses (porc), purée de pommes de terre et carottes<br><b>V</b> : 2 Manicotti à la ricotta et épinards avec sauce rosée et légumes<br><b>Inclus</b> : Petit pain de blé / Compote de pommes et fraises / Boisson                                     | <b>F</b> : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités<br><b>C1</b> : BRUNCH: Omelette, crêpe, et légumes<br><b>C2</b> : Macaroni sauce à la viande (bœuf) et aux légumes<br><b>C3</b> : Muffin anglais de blé, jambon, fromage, et carottes<br><b>V</b> : Pizza de blé végétarienne<br><b>Inclus</b> : Fromage / Fruit frais / Boisson | <b>F</b> : Pizza aux tomates, fromage Ficello et crudités<br><b>C1</b> : Lasagne à la viande (bœuf) et légumes<br><b>C2</b> : Boulettes de poulet barbecue, riz et légumes<br><b>V</b> : Boulettes végétariennes barbecue, riz et légumes<br><b>Inclus</b> : Crudités / Yogourt en tube / Boisson                                                                             | <b>F</b> : Burrito aux fèves, maïs, riz, oignons rouges, laitue, salsa et guacamole<br><b>C1</b> : 2 cannelonis farcis au poulet et légumes, sauce aux tomates<br><b>C2</b> : Hamburger au poulet<br><b>V</b> : Fajitas végétariennes<br><b>Inclus</b> : Crudités / Barre granola / Boisson                                                   | <b>F</b> : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage, avec crudités<br><b>C1</b> : Fusilli sauce à la viande, (bœuf) et aux légumes<br><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)<br><b>V</b> : Salade de couscous aux légumes et légumineuses<br><b>Inclus</b> : Fromage / Galette à l'avoine / Boisson   |
| <b>F1</b> : Croque-thon et céleri, pain de blé et crudités<br><b>F2</b> : Sandwich (blé) aux œufs<br><b>C1</b> : Macaroni au fromage « Midibouffe »<br><b>C2</b> : Bœuf en sauce brune, pommes de terre en quartiers, pois et carottes<br><b>V</b> : Omelette au fromage, pommes de terre en quartier et légumes<br><b>Inclus</b> : Crudités / Barre granola / Boisson                    | <b>F</b> : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités<br><b>C1</b> : Bouchées de poulet au chili doux, riz et légumes<br><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)<br><b>C3</b> : Pâté chinois aux lentilles<br><b>V</b> : Pizza de blé végétarienne<br><b>Inclus</b> : Fromage / Fruit frais / Boisson                                          | <b>F</b> : Pizza aux tomates, fromage Ficello et crudités<br><b>C1</b> : Sous-marin aux boulettes de viandes (bœuf) et sauce tomates<br><b>C2</b> : Tortilla de blé au poulet grillé et fromage Mexi-Casa (option <b>Halal</b> disponible)<br><b>V</b> : Mini ravioli au fromage, sauce rosée<br><b>Inclus</b> : Salade de chou / Biscuit aux quinoa et canneberges / Boisson | <b>F</b> : Duo sandwich (jambon / fromage) et salade<br><b>C1</b> : Tortellinis farcis au boeuf et au veau, sauce rosée<br><b>C2</b> : 2 Hot dogs au poulet<br><b>V</b> : Burger végétarien<br><b>Inclus</b> : Crudités / Yogourt en tube / Boisson                                                                                           | <b>F</b> : Salade grecque avec laitue iceberg, tomates, concombres, feta et oignons<br><b>C1</b> : Poulet parmigiana avec riz et courges<br><b>C2</b> : Rigatoni sauce à la viande (bœuf) et aux légumes<br><b>V</b> : Pizza de blé végétarienne<br><b>Inclus</b> : Crudités / Galette à l'avoine / Boisson |
| <b>F1</b> : Duo sandwich (dinde/ fromage) salade de pâtes (jambon)<br><b>F2</b> : Salade de pâtes (jambon, céleri, carottes)<br><b>C1</b> : Côtes-lechées de porc sans os avec riz et légumes<br><b>C2</b> : Pizza de blé végétarienne<br><b>V</b> : Bol Poké aux fruits avec œuf, ananas, mandarines, et laitue mixte<br><b>Inclus</b> : Fromage / Fruit frais / Boisson                 | <b>F</b> : Tortilla de blé au poulet grillé avec carottes, laitue et vinaigrette ranch (option <b>Halal</b> disponible)<br><b>C1</b> : Macaroni au fromage « Midibouffe »<br><b>C2</b> : Hamburger au bœuf<br><b>V</b> : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello et crudités<br><b>Inclus</b> : Crudités / Yogourt aux fruits / Boisson          | <b>F1</b> : Mini Naan, houmous, fromage Ficello et crudités<br><b>C1</b> : Poulet parmigiana avec riz et courges<br><b>C2</b> : Pâté chinois (bœuf)<br><b>V</b> : Bol Poké aux fruits avec tofu, ananas, mandarines, et laitue mixte<br><b>Inclus</b> : Fruit frais / Muffin aux carottes / Boisson                                                                           | <b>F</b> : Croque-thon et céleri, pain de blé et crudités<br><b>C1</b> : Penne sauce à la viande, (bœuf) et aux légumes<br><b>C2</b> : Boulettes de poulet barbecue, riz, et légumes<br><b>V</b> : Omelette au fromage, riz, maïs et carottes<br><b>Inclus</b> : Yogourt en tube / Craquelins / Boisson                                       | <b>F</b> : Pizza aux tomates, fromage Ficello et crudités<br><b>C1</b> : Hamburger au poulet<br><b>C2</b> : Tofu Général Tao, riz et légumes<br><b>V</b> : Bol Poké aux fruits avec œuf, ananas, mandarines, et laitue mixte<br><b>Inclus</b> : Crudités / Barre granola / Boisson                          |
| <b>F1</b> : Mini Naan, houmous, fromage Ficello et crudités<br><b>F2</b> : Salade de pâtes (jambon, céleri, carottes)<br><b>C1</b> : Filet de saumon avec riz, haricots et carottes<br><b>C2</b> : Poitrine de poulet barbecue avec riz, haricots et carottes<br><b>V</b> : Fusilli aux légumes avec sauce jardinière, gratiné<br><b>Inclus</b> : Yogourt en tube / Fruit frais / Boisson | <b>F1</b> : Sous-marin à la dinde, fromage et laitue<br><b>C1</b> : Penne sauce à la viande (bœuf) et aux légumes<br><b>C2</b> : 5 Croquettes de poulet, purée, maïs et carottes<br><b>V</b> : Omelette au fromage, purée de pommes et carottes<br><b>Inclus</b> : Crudités / Barre granola / Boisson                                                | <b>F</b> : Bagel de blé 12 céréales, fromage à la crème et crudités<br><b>C1</b> : Pizza de blé, pepperoni de dinde et fromage<br><b>C2</b> : Brochette de poulet, riz, et légumes<br><b>V</b> : Bol Poké aux fruits avec œuf, ananas, mandarines, et laitue mixte<br><b>Inclus</b> : Crudités / Biscuit aux quinoa et canneberges / Boisson                                  | <b>F</b> : Sandwich 4 pointes au jambon, poulet, œufs et fromage, avec crudités<br><b>C1</b> : BRUNCH : 3 saucisses au poulet, patates et courgettes<br><b>C2</b> : Lasagne à la viande (bœuf) et légumes<br><b>V</b> : Guacamole et mini Naan avec fromage Ficello et crudités<br><b>Inclus</b> : Fruit frais / Yogourt aux fruits / Boisson | <b>F</b> : Salade César au poulet avec fromage et croûtons (option <b>Halal</b> disponible)<br><b>C1</b> : Pâté chinois (bœuf)<br><b>C2</b> : Hamburger au poulet<br><b>V</b> : Mini ravioli au fromage, sauce aux tomates<br><b>Inclus</b> : Crudités / Barre granola / Boisson                            |

\*\*\* TOUS LES REPAS INCLUENT : UNE ASSIETTE PRINCIPALE, DEUX ACCOMPAGNEMENTS ET UNE BOISSON (JUS 100% FRUIT OU LAIT 2%)

\*\* AUCUNE COMMANDE NE SERA ACCEPTÉE APRÈS 8H00 \*\*\*

LES REPAS PEUVENT VARIER SELON LES CENTRES DE SERVICES SCOLAIRES

PRIX D'UN REPAS FORMAT RÉGULIER : 75

LES DENRÉES PEUVENT ÊTRE REMPLACÉES SANS PRÉAVIS \*\*\* PAR SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT, DES USTENSILES RÉUTILISABLES DOIVENT ÊTRE APPORTÉS DE LA MAISON

M.A.J. 21 avril 2025



# Semaine du

## REPAS

### SEMAINE 5

23 sept.  
18 nov.  
27 janv.  
31 mars  
26 mai

### SEMAINE 6

30 sep.  
25 nov.  
3 fév.  
7 avr.  
2 juin

### SEMAINE 7

7 oct.  
2 déc.  
10 fév.  
14 avr.  
9 juin

### SEMAINE 8

14 oct.  
9 déc.  
17 fév.  
21 avr.  
16 juin

## Lundi

**F** : Duo sandwich et salade  
(sandwich jambon/fromage avec  
salade et vinaigrette italienne)  
**C1** : Pâté au saumon avec haricots  
verts et carottes  
**C2** : Fusilli sauce à la viande (bœuf)  
et aux légumes  
**V** : Tofu Général Tao, riz et légumes  
**Inclus** : Fromage / Fruit frais  
Boisson

**F** : Sous-marin au poulet et poivrons  
**C1** : Lasagne à la viande (bœuf) et  
légumes  
**C2** : Poulet Général Tao, riz,  
haricots et carottes  
**V** : Burger végétarien  
**Inclus** : Fromage / Fruit frais  
Boisson

**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) et aux légumes  
**C3** : Muffin anglais de blé, jambon,  
fromage, et carottes  
**V** : 2 Manicotti à la ricotta et  
épinards avec sauce rosée et  
légumes  
**Inclus** : Petit pain de blé / Fruit frais  
Boisson

**F1** : Sous-marin au jambon, dinde  
et fromage  
**F2** : Pita de blé, salade de thon et  
fromage Ficello  
**C1** : Poulet Général Tao, riz,  
haricots et carottes  
**C2** : 2 Cannellonis au poulet et  
légumes avec sauce aux tomates  
**V** : Mini Naan, houmous, fromage  
Ficello et crudités  
**Inclus** : Crudités / Yogourt en tube /  
Boisson

## Mardi

**F1** : Bagel de blé 12 céréales,  
fromage à la crème et crudités  
**F2** : Sandwich (blé) aux œufs  
**C1** : 2 Fajitas de blé au poulet et  
poivrons  
**C2** : Pâté chinois (bœuf)  
**V** : Mini ravioli au fromage avec  
sauce aux tomates  
**Inclus** : Crudités / Yogourt en tube  
/ Boisson

**F** : Salade mexicaine avec poulet,  
fromage, salsa et toast Melba  
**C1** : BRUNCH: Mini omelette, crêpe  
et légumes  
**C2** : Pâté chinois (bœuf)  
**V** : Salade grecque (laitue iceberg,  
tomates, concombres, oignons et  
feta)  
**Inclus** : Yogourt en tube / Biscuit à  
l'avoine et framboises / Boisson

**F** : Sandwich pain de blé farci au  
poulet et céleri  
**C1** : Filet de poisson, purée de  
pommes de terre et carottes  
**C2** : Pâté chinois (bœuf)  
**V** : Pâté chinois aux lentilles  
**Inclus** : Fromage / Barre granola /  
Boisson

**F** : Bagel de blé 12 céréales,  
fromage à la crème et crudités  
**C1** : Macaroni sauce à la viande  
(bœuf) et aux légumes  
**C2** : Pizza de blé végétarienne  
**V** : Omelette au fromage, pommes  
de terre en quartiers et carottes  
**Inclus** : Fromage / Fruit frais  
Boisson

## Mercredi

**F** : Salade de couscous aux  
légumes et légumineuses  
**C1** : Hamburger au bœuf  
**C2** : Macaroni au fromage  
« Midibouffe »  
**V** : Tofu Général Tao, riz et  
légumes  
**Inclus** : Salade de chou/ Biscuit  
aux quinoa et canneberges/  
Boisson

**F1** : Duo sandwich (dinde /  
fromage) et salade  
**C1** : 5 Croquettes de poulet,  
purée, maïs et carottes  
**C2** : Penne Alfredo avec poulet  
et brocoli  
**V** : Penne Alfredo avec brocoli et  
tofu  
**Inclus** : Fruit frais / Barre  
granola/ Boisson

**F** : Sous-marin au poulet et  
poivrons  
(option **Halal** disponible)  
**C1** : Croque-monsieur de blé  
avec jambon et fromage  
**C2** : Hamburger au poulet  
**V** : Salade de pâtes à la grecque  
(Fusilli, tomates, concombres,  
oignons et feta)  
**Inclus** : Salade de chou / Biscuit  
à l'avoine et framboises / Boisson

**F** : Pizza aux tomates, fromage  
Ficello et crudités  
**C1** : Poulet au beurre, riz et  
légumes  
**C2** : Pâté chinois (bœuf)  
**V** : Burger végétarien  
**Inclus** : Yogourt en tube /  
Compote de pommes et fraises /  
Boisson

## Jeudi

**F** : Pizza aux tomates, fromage  
Ficello et crudités  
**C1** : Fusilli sauce à la viande  
(bœuf) et aux légumes  
**C2** : Grillade de poulet à l'orientale,  
riz et brocoli  
**V** : Burger végétarien  
**Inclus** : Craquelins / Compote de  
pommes / Boisson

**F** : Sandwich pain de blé farci au  
jambon  
**C1** : Penne sauce à la viande  
(bœuf) et aux légumes  
**C2** : Hamburger au poulet  
**V** : Mini Naan, houmous, fromage  
Ficello et crudités  
**Inclus** : Crudités / Yogourt en tube  
/ Boisson

**F** : Mini Naan, houmous, fromage  
Ficello et crudités  
**C1** : 2 Hot Dog au poulet  
**C2** : 2 Cannellonis au poulet et  
légumes avec sauce aux tomates  
**V** : Burrito aux fèves, maïs, riz,  
oignons rouges, laitue, salsa et  
guacamole  
**Inclus** : Crudités / Yogourt en tube  
/ Boisson

**F** : Croque-thon et céleri, pain de  
blé et crudités  
**C1** : Boulettes (bœuf) à l'italienne,  
pommes de terre en cubes et  
légumes  
**C2** : 5 Croquettes de poulet, purée  
maïs, et carottes  
**V** : Boulettes végétariennes à  
l'italienne, pommes de terre en  
cubes et légumes  
**Inclus** : Petit pain de blé / Fruit  
frais / Boisson

## Vendredi

**F** : Salade à l'orientale et petit  
pain de blé  
(option **Halal** disponible)  
**C1** : Hamburger au poulet  
**C2** : Boulettes de poulet  
barbecue, riz et légumes  
**V** : Mini ravioli au fromage,  
sauce rosée  
**Inclus** : Crudités / Galette à  
l'avoine / Boisson

**F** : Bagel de blé 12 céréales,  
fromage à la crème et crudités  
**C1** : Pizza de blé roulée avec  
pepperoni de dinde et fromage  
**C2** : Tranches de jambon avec  
sirop, purée de pommes de  
terre et carottes  
**V** : Salade grecque (Laitue  
iceberg, tomates, concombres,  
oignons et feta)  
**Inclus** : Crudités / Biscuit à  
l'avoine / Boisson

**F** : Salade César au poulet  
avec fromage et croustons  
(option **Halal** disponible)  
**C1** : Pizza de blé roulée avec  
pepperoni de dinde et fromage  
**C2** : Rigatoni sauce à la  
viande (bœuf) et aux légumes  
**V** : Mini ravioli au fromage,  
sauce aux légumes  
**Inclus** : Crudités / Galette à  
l'avoine / Boisson

**F** : Salade mexicaine avec  
poulet, fromage, salsa et toast  
Melba  
(option **Halal** disponible)  
**C1** : Macaroni sauce à la  
viande (bœuf) et aux légumes  
**C2** : Hamburger au poulet  
**V** : Bol Poké aux fruits avec  
œuf, ananas, mandarines, et  
laitue mixte  
**Inclus** : Crudités / Biscuit à  
l'avoine / Boisson

\*\*\* TOUS LES REPAS INCLUMENT : UNE ASSIETTE PRINCIPALE, DEUX ACCOMPAGNEMENTS ET UNE BOISSON (JUS 100% FRUIT OU LAIT 2%)

\*\*\* AUCUNE COMMANDE NE SERA ACCEPTÉE APRÈS 8H00 \*\*\*

LES REPAS PEUVENT VARIER SELON LES  
CENTRES DE SERVICES SCOLAIRES

PRIX D'UN REPAS FORMAT RÉGULIER : 7\$

LES DENRÉES PEUVENT ÊTRE REMPLACÉES SANS PRÉAVIS \*\*\* PAR SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT, DES USTENSILES RÉUTILISABLES DOIVENT ÊTRE APPORTÉS DE LA MAISON

M.A.J. 21 avril 2025