

- > la soupe ou jus de légumes 200 ml
- > le plat principal
- > le pain
- > la boisson (eau, lait 200 ml ou jus 200 ml)
- > le dessert (fruit frais, yogourt 100 g, salade de fruits, compote de pommes ou certains jours : biscuit, gâteau, etc.)

**PLAN ANNUEL : 1045,50 \$**  
90 REPAS : 625,50 \$  
50 REPAS : 357,50 \$  
**PRIX UNITAIRE: 7,65 \$**

**MATERNELLE  
PETITE SECTION**

- PLAN ANNUEL OBLIGATOIRE INCLUANT
- plat principal
  - boisson (eau, lait ou jus)
  - dessert
  - 2 collations par jour

**PLAN ANNUEL : 1088 \$**

**MOYENNE ET GRANDE  
SECTION**

- PLAN DE REPAS INCLUANT
- plat principal
  - boisson (eau, lait ou jus)
  - dessert
  - 1 collation par jour

**PLAN ANNUEL : 1156 \$**  
90 REPAS : 670,50 \$  
50 REPAS : 385 \$  
**PRIX UNITAIRE: 8,15 \$**

**L'achat des plans repas se fera en présentiel via carte débit ou crédit Ou par chèque fait à l'ordre du GROUPE COMPASS (QUÉBEC) LTÉE**

Menu année scolaire  
2021-2022

**Semaine 1**

30 août 7 fév.  
27 sept. 21 mars  
1<sup>er</sup> nov. 18 avril  
29 nov. 23 mai  
10 janv. 13 juin  
20 juin

**Semaine 2**

06 sept 14 fév.  
4 oct. 28 mars  
25 oct. 25 avril  
8 nov. 30 mai  
6 déc. 20 juin  
17 janv. 27 juin

**Semaine 3**

13 sept. 07 mars  
11 oct. 04 avril  
15 nov. 09 mai  
13 déc. 06 juin  
24 janv. 30 mai

**Semaine 4**

20 sept. 14 mars  
18 oct. 11 avril  
22 nov. 16 mai  
3 janv. 13 juin  
31 janv.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Soupe poulet et légumes <b>Pita à l'italienne</b>  Frittata cheddar fort et légumes Riz pilaf  Salade verte et chou rouge Fleurons de brocoli	Soupe aux pois <b>Macaroni au fromage (Mac and cheese)</b>  Filet de poisson croustillant Pommes de terre en quartiers  Salade César Haricots verts	Crème de légumes <b>Sauté de poulet et brocoli</b> Nouilles aux œufs  <b>Saucisses et pommes de terre en plaque</b>  Salade du chef Carottes persillées	Soupe cultivateur <b>Gratin Tex Mex végété</b>  Dinde au lait de coco Vermicelles  Salade jardinière Légumes Montego	Crème de brocoli <b>Poulet Général Tao</b>  <b>Cari aux lentilles et courge</b>  Riz basmati Salade d'épinards Macédoine de légumes
	Crème de champignons <b>Poulet au beurre</b> Riz vapeur  <b>Quesadillas mexicaines</b>  Fleurons de brocoli Salade du marché	Soupe à l'oignon <b>Spaghetti, sauce à la viande</b>  <b>Étagé végétarien aux patates douces</b>  Salade César Mélange de légumes bistro	Soupe minestrone <b>Poulet teriyaki</b>  <b>Quiche florentine au féta</b>  Quartiers de pommes de terre Légumes sautés Salade verte et chou rouge	Soupe tomates et quinoa <b>Burger de dinde maison</b>  <b>Sauté tofu au gingembre</b> Vermicelles de riz  Salade kimchi Carottes	Crème de poulet <b>Bifteck sauce lyonnaise</b> Purée de pommes de terre  <b>Pâté au saumon, sauce à l'aneth</b>  Petits pois Salade méditerranéenne
	Soupe poulet et vermicelles <b>Boulettes Stroganoff</b>  <b>Filet de poisson bruschetta</b>  Nouilles aux œufs Mélange californien Salade du chef	Soupe aux lentilles <b>Penne Pizza</b>  <b>Pain plat artichauts et chèvre</b>  Salade César Légumes au four	Potage Crécy <b>Escalope de poulet salsa</b>  <b>Tortellinis au fromage sauce rosée</b>  Riz persillé Salade d'épinards Duo de haricots	Soupe paysanne <b>Pâté chinois</b>  <b>Omelette à la grecque</b> Quinoa  Salade du chef Carottes et édamames	Soupe bœuf et orge <b>Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée</b> Pommes de terre rissolées  <b>Pain de lentilles</b>  Salade de chou Légumes Montego
	Crème de tomate <b>Cuisse de poulet BBQ</b> Pommes de terre grelots  <b>Chili sin carne</b> Chips de tortillas  Maïs et poivrons rouges Salade de carottes	Soupe poulet et nouilles <b>Lasagne à la viande</b>  <b>Pita falafel</b>  Salade César Courgettes fraîches au four	Soupe aux légumes <b>Pâté à la dinde</b> <b>Bœuf bourguignon</b> Purée de pommes de terre  Mélange de légumes bistro Salade italienne	Crème de courge <b>Poulet portugais</b> Riz basmati  <b>Croquettes de thon et aïoli</b>  Salade du marché Fleurons de brocoli	Soupe orientale <b>Veau parmigiana</b> Pâtes persillées  <b>Sandwich gourmet végétarien</b>  Salade printanière Haricots verts

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.