

**Semaine 1**

28 août  
25 septembre  
23 octobre  
27 novembre  
4 décembre  
8 janvier

**Semaine 2**

4 septembre  
2 octobre  
6 novembre  
4 décembre  
15 janvier

**Semaine 3**

11 septembre  
9 octobre  
13 novembre  
11 décembre  
22 janvier

**Semaine 4**

18 septembre  
16 octobre  
20 novembre  
18 décembre  
29 janvier

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	<p>Soupe poulet et légumes</p> <p><b>Boulettes de bœuf barbecue</b> Purée de pommes de terre</p> <p><b>Filet de poisson au gratin</b></p> <p>Haricots verts Salade verte du jardin et chou rouge</p>	<p>Soupe aux pois</p> <p><b>Poulet teriyaki</b></p> <p><b>Tofu teriyaki</b></p> <p>Riz basmati</p> <p>Jardinière de légumes Salade de chou crémeuse</p>	<p>Crème de légumes</p> <p><b>Pain de viande, sauce aux champignons</b> Pommes de terre rôties au citron et à l'origan</p> <p><b>Macaroni au fromage</b></p> <p>Courgettes sautées Salade d'épinards et carottes</p>	<p>Potage cultivateur</p> <p><b>Poulet au lait de coco à la thaïe</b> Riz brun</p> <p><b>Frittata aux poivrons et fromage brie</b></p> <p>Mélange de Légumes style californien Salade printanière</p>	<p>Crème de brocoli</p> <p><b>Veau parmigiana</b></p> <p><b>Aubergine parmigiana</b></p> <p>Nouilles aux oeufs Macédoine de légumes Salade César</p>
	<p>Crème de champignons</p> <p><b>Poulet, sauce crémeuse au pesto</b> Fettucines</p> <p><b>Chili sin carne avec tortilla au four</b></p> <p>Brocoli Salade de maïs à la mexicaine</p>	<p>Soupe minestrone</p> <p><b>Burger de bœuf</b></p> <p><b>Burger végétarien au tofu</b></p> <p>Pommes de terre en quartier</p> <p>Haricots verts Salade verte du jardin</p>	<p>Soupe poulet et quinoa</p> <p><b>Pâtes à la jardinière au gratin, sauce rosée</b> Pain à l'ail grillé</p> <p><b>Cari de veau Sur riz basmati</b></p> <p>Carottes en juliennes Salade César</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p><b>Poulet à l'asiatique</b></p> <p><b>Mini pain aux lentilles, sauce tomate aux fines herbes</b></p> <p>Carottes et edamames Salade de chou traditionnelle</p>	<p>Soupe paysanne</p> <p><b>Pita à l'italienne</b></p> <p><b>Casserole de thon</b></p> <p>Haricots verts Salade méditerranéenne</p>
	<p>Soupe poulet et vermicelles</p> <p><b>Bœuf bourguignon</b></p> <p><b>Filet de poisson grillé, sauce tartare</b> Quartiers de pommes de terre au four</p> <p>Mélange de légumes style californien Salade verte du jardin</p>	<p>Soupe aux lentilles</p> <p>Panini à la saucisse de dinde</p> <p>Panini aux falafels, sauce tzatziki</p> <p>Couscous</p> <p>Légumes au four Salade de carottes et raisins</p>	<p>Crème de poulet</p> <p><b>Casserole de macaroni, sauce viande au gratin</b></p> <p><b>Casserole de macaroni végétarienne au gratin</b></p> <p>Brocoli vapeur Salade César</p>	<p>Potage Crécy</p> <p><b>Wrap au veau et fromage à la mexicaine</b></p> <p><b>Wrap aux œufs à la mexicaine</b></p> <p>Mélange de légumes Prince Édouard Salade de chou</p>	<p>Soupe bœuf et orge</p> <p><b>Poulet général Tao</b></p> <p><b>Tofu général Tao</b></p> <p>Riz basmati Carottes et edamames Salade verte du jardin</p>
	<p>Crème de tomate</p> <p><b>Poulet au beurre</b> Riz vapeur</p> <p><b>Tofu au beurre</b></p> <p>Maïs à la mexicaine Salade verte du jardin</p>	<p>Soupe poulet et nouilles</p> <p><b>Burger de dinde tout garni, sauce sriracha</b></p> <p><b>Burger végétarien aux haricots noirs</b></p> <p>Dés de pommes de terre rôties Salade de chou nappa à l'asiatique</p>	<p>Soupe aux légumes</p> <p><b>Spaghetti, sauce bolognaise et lentilles</b></p> <p><b>Spaghetti, sauce tomate au basilic</b> Nouilles de riz</p> <p>Haricots verts Salade César</p>	<p>Soupe à la courge musquée</p> <p><b>Pizza pepperoni (dinde) et fromage</b></p> <p><b>Pâté au saumon, sauce aux œufs</b></p> <p>Petits pois Salade du marché</p>	<p>Soupe à l'orientale</p> <p><b>Pâté chinois au bœuf et lentilles</b></p> <p><b>Tortellini au fromage, sauce tomate</b></p> <p>Mélange de légumes bistro Salade d'épinards et carottes</p>

**CP À TERMINALE ET PERSONNEL**

**PLAN DE REPAS INCLUANT :**

- > soupe ou jus de légumes 200 ml
- > plat principal
- > pain (s'il ne fait pas parti de l'assiette principale)
- > boisson (eau, lait 237 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 : 1211.00 \$**

90 REPAS : 697.50\$

50 REPAS : 400 \$

**PRIX UNITAIRE : 8,60 \$**

**PLAN ANNUEL OBLIGATOIRE :**

**1 271.55\$**

**MOYENNE ET GRANDE SECTION**

**PLAN DE REPAS INCLUANT :**

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

**PLAN ANNUEL : 1 349.40\$**

90 REPAS : 742.50\$

50 REPAS : 427.50\$

**PRIX UNITAIRE : 9,20 \$**

Un bon mode de paiement, la « carte Zipthru » disponible à la cafétéria !  
Visitez le

[www.Chartwellsk12.ca](http://www.Chartwellsk12.ca)  
pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa « carte Zipthru » pour payer à la caisse. Autres méthodes de paiements sont aussi disponibles !



Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.  
Les repas de ce menu ne contiennent aucun produit provenant du porc.