

	Lundi 31 août	Mardi 1er septembre	Mercredi 2 septembre	Jeudi 3 septembre	Vendredi 4 septembre
<b>SOUPE / POTAGE</b>	CRÈME DE BROCOLIS	MINISTRONE	CRÈME AUX DEUX CÉLERIS	SOUPE TOMATES ET RIZ	SOUPE À L'OIGNON ET SON CROÛTON
<b>MENU 1</b>	FILET DE PORC EL PASO	POULET GÉNÉRAL TAO	RIZ MEXICAIN DANS UN BOL TORTILLA	ASSIETTE DE COUSCOUS MERGUEZ	FAJITAS AU POULET
<b>MENU 2</b> 	LASAGNE (À LA VIANDE OU VÉGÉTARIENNE) AVEC PETIT PAIN À L'AIL	FILET DE SAUMON BRUSCHETTA	QUICHE FROMAGE ET ÉPINARDS	BAR À PÂTES (3 CHOIX DE PÂTES) 3 CHOIX DE SAUCE 	MORUE SALSA FRESCA
<b>MENU 3</b> (comprend toujours un choix végétarien) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 
<b>DESSERT DU JOUR</b> (peut être remplacé par un fruit)	TARTE BAVAROISE AUX POMMES	CARRÉ 'RICE KRISPIES'	POUDING CHÔMEUR À L'ÉRABLE	GÂTEAU BLANC AUX FRAISES	TARTELETTE AU CITRON

Les plats inscrits à ce menu sont élaborés à partir de recettes faibles en sodium et en gras et sont préparés sur place.

<b>Légende:</b>	<b>BOEUF</b>	<b>PÂTES ALIMENTAIRES</b>	<b>POISSON</b>
	<b>POULET</b>	<b>AUTRE VIANDE</b>	<b>AUTRE VOLAILLE</b>
	<b>PORC</b>	<b>AUTRE</b>	 Menu 3=Végétarien

	LUNDI 7 SEPTEMBRE	MARDI 8 SEPTEMBRE	MERCREDI 9 SEPTEMBRE	JEUDI 10 SEPTEMBRE	VENDREDI 11 SEPTEMBRE
<b>SOUPE / POTAGE</b>		CRÈME DE POIREAUX	SOUPE POULET ET NOUILLES	VELOUTÉ DE PANAIS À L'ORANGE	SOUPE AUX LÉGUMES
<b>MENU 1</b>	CONGÉ	FETTUCINI ALFREDO AU POULET	PÂTÉ CHINOIS TEX-MEX	FILET DE DINDE À LA GRECQUE	POULET BBQ RÔTI
<b>MENU 2</b> 		FILET DE SAUMON SALSA À LA MANGUE	FRITTATA AUX LÉGUMES	PIZZA AUX CHOIX 	TORTELLINI SAUCE ROSÉE
<b>MENU 3</b>  (comprend toujours un choix végétarien)		Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 
<b>DESSERT DU JOUR</b> (peut être remplacé par un fruit)		TARTELETTE À LA MOUSSE AU CHOCOLAT	SALADE DE FRUITS	TARTE AUX POMMES	GÂTEAU À L'ÉRABLE

Les plats inscrits à ce menu sont élaborés à partir de recettes faibles en sodium et en gras et sont préparés sur place.

<b>Légende:</b>	BOEUF	PÂTES ALIMENTAIRES	POISSON
	POULET	AUTRE VIANDE	AUTRE VOLAILLE
	PORC	AUTRE	 Menu 3=Végétarien

	LUNDI 14 SEPTEMBRE	MARDI 15 SEPTEMBRE	MERCREDI 16 SEPTEMBRE	JEUDI 17 SEPTEMBRE	VENDREDI 18 SEPTEMBRE
<b>SOUPE / POTAGE</b>	POTAGE D'ORZO ET LÉGUMES	CRÈME DE CHOU- FLEUR	SOUPE TOMATES ET NOUILLES	NOCES À L'ITALIENNE	POTAGE DE LÉGUMES
<b>MENU 1</b>	POULET AU BEURRE	BURGER À LA DINDE ET PORC	QUESADILLAS	<b>BOL POKÉ</b> 	BOULETTES SUÉDOISES
<b>MENU 2</b> 	MAC AND CHEESE 'FAÇON RICARDO'	CURRY AUX LÉGUMES, POIS-CHICHES ET LAIT DE COCO	FISH AND CHIPS (QUARTIERS DE POMMES DE TERRE AU FOUR)	PÂTES SAUCE TOMATES ET LÉGUMES	SPECIAL "CHOISIS TA QUICHE"
<b>MENU 3</b> (comprend toujours un choix végétarien) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 
<b>DESSERT DU JOUR</b> (peut être remplacé par un fruit)	CLAFOUTIS AUX POIRES	GÂTEAU AUX PETITS FRUITS D'ÉTÉ	GÂTEAU MARBRÉ	PAIN AUX BANANES	MUFFIN AUX BLEUETS

Les plats inscrits à ce menu sont élaborés à partir de recettes faibles en sodium et en gras et sont préparés sur place.

<b>Légende:</b>	BOEUF	PÂTES ALIMENTAIRES	POISSON
	POULET	AUTRE VIANDE	AUTRE VOLAILLE
	PORC	AUTRE	 Menu 3=Végétarien

	LUNDI 21 SEPTEMBRE	MARDI 22 SEPTEMBRE	MERCREDI 23 SEPTEMBRE	JEUDI 24 SEPTEMBRE	VENDREDI 25 SEPTEMBRE
<b>SOUPE / POTAGE</b>	CRÈME DE POULET CLASSIQUE	SOUPE DE TOMATES, AIL RÔTI ET VERMICELLES	POTAGE AUX CAROTTES RÔTIÉS	SOUPE AU MISO ET LÉGUMES	SOUPE POULET ET NOUILLES
<b>MENU 1</b>	<i>PAIN DE VIANDE</i>	POULET CACCIATORE	SPAGHETTI AUX BOULETTES DE VIANDE	CRÊPE JAMBON SAUCE MORNAY	PÂTÉ AU POULET
<b>MENU 2</b> 	GUÉDILLES	RAGOÛT VÉGÉTARIEN À L'INDIENNE (sauce au beurre et garam masala)	PAD THAI AUX CREVETTES	CHILI DANS UN BOL DE TORTILLAS (VÉGÉ OU VIANDE) 	ASSIETTE DE SUSHIS
<b>MENU 3</b> (comprend toujours un choix végétarien) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 
<b>DESSERT DU JOUR</b> (peut être remplacé par un fruit)	POUDING AU RIZ	CARRÉ AUX DATTES	MOUSSE AUX FRAISES	GÂTEAU AUX CAROTTES	POUDING AUX POMMES

Les plats inscrits à ce menu sont élaborés à partir de recettes faibles en sodium et en gras et sont préparés sur place.

<b>Légende:</b>	<b>BOEUF</b>	<b>PÂTES ALIMENTAIRES</b>	<b>POISSON</b>
	<b>POULET</b>	<b>AUTRE VIANDE</b>	<b>AUTRE VOLAILLE</b>
	<b>PORC</b>	<b>AUTRE</b>	 Menu 3=Végétarien

	LUNDI 28 SEPTEMBRE	MARDI 29 SEPTEMBRE	MERCREDI 30 SEPTEMBRE	JEUDI 1er OCTOBRE	VENDREDI 2 OCTOBRE
<b>SOUPE / POTAGE</b>	SOUPE THAÏLANDAISE	CRÈME D'ASPERGES	CRÈME DE COURGETTES	SOUPE WON-TON	SOUPE POULET ET RIZ
<b>MENU 1</b>	SAUTÉ À LA THAÏ	PETITS PAINS GUMBO	VOL-AU-VENT AU POULET	COMPOSE TON ASSIETTE CHINOISE 	SANDWICH DE VIANDE FUMÉE
<b>MENU 2</b> 	MANICOTTI FROMAGE ET ÉPINARDS	SALADE REPAS CRAB-CAKE	TOFU À L'INDIENNE	PÂTÉ AU SAUMON SAUCE AUX ŒUFS	PENNINE PESTO BASILIC
<b>MENU 3</b> (comprend toujours un choix végétarien) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 	Comptoir sandwichs/salades (3 choix tous les jours) 
<b>DESSERT DU JOUR</b> (peut être remplacé par un fruit)	BROWNIE SANS NOIX	TOURBILLON CHOCOLATÉ AUX POIRES	CARRÉS À L'ANANAS ET NOIX DE COCO	GÉNOISE AUX FRUITS	RENVERSÉ AUX ANANAS

Les plats inscrits à ce menu sont élaborés à partir de recettes faibles en sodium et en gras et sont préparés sur place.

<b>Légende:</b>	<b>BOEUF</b>	<b>PÂTES ALIMENTAIRES</b>	<b>POISSON</b>
	<b>POULET</b>	<b>AUTRE VIANDE</b>	<b>AUTRE VOLAILLE</b>
	<b>PORC</b>	<b>AUTRE</b>	 Menu 3=Végétarien

VELOUTÉ DE COURGE MUSQUÉE
PAIN DE VIANDE
COUSCOUS TOFU, POIS- CHICHES ET LÉGUMES
GÂTEAU AU CITRON

CRÈME DE POIREAUX
SOUPE BŒUF ET LÉGUMES
BŒUF ET ORGE
VELOUTÉ DE PANAIS À L'ORANGE
VELOUTÉ DE LÉGUMES VERTS

SOUPE PIQUANTE AIGRE DOUCE	
CRÈME DE TOMATES AU BASILIC	SOUPE DE PANAIIS ET POMMES DE TERRE
	SOUPE CHINOISE
	BOUILLON DE BŒUF AUX LÉGUMES ET QUINOA

BOL BURRITO À TA FACON (VÉGÉ OU VIANDE)
---

SOUPE TOMATES ET ORGE
-----------------------------

POTAGE AUX BETTERAV ES	CRÈME DE CAROTTES
---------------------------------	----------------------

POTAGE  
D'ASPERGE  
S

VELOUTÉ  
D'ÉPINARD  
S

CHAUDRÉE DE FRUITS DE MER	VELOUTÉ DE CAROTTES ET CÉLERI	CRÈME DE CHOUX- FLEUR	SOUPE AUX LENTILLES	CRÈME DE CHAMPIGN ONS
---------------------------------	--	-----------------------------	------------------------	-----------------------------

CHAUDRÉE  
DE MAÏS AU  
CURRY

SOUPE  
BŒUF  
ET RIZ

PIEROGIS  
GRATINÉS  
AU  
CHEDDAR  
ET AUX  
LÉGUMES

SOUPE  
BŒUF ET  
VERMICELL  
ES