



EXEMPLE DE MENU 2012-2013

Semaines ↓	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 27 août 24 sept. 22 oct. 19 nov. 17 déc. 14 janv. 11 février 11 mars 8 avril 6 mai 3 juin	Pâtes aux tomates et trois fromages Brocoli — Poisson gratiné, sauce aux champignons Pommes de terre tranchées Brocoli	Pita à l'italienne Crudités — Cubes de bœuf en sauce sur nouilles aux oeufs	Cuisse de poulet, sauce BBQ Pommes de terre en quartiers Salade de chou — Croque-thon Salade de chou	Lasagne à la viande Salade du chef — Lasagne jardinière Salade du chef	Hambourgeois au poulet, chapelure multigrain Laitue et tomates — Choix du chef
2 3 sept. 1 ^{er} oct. 29 oct. 26 nov. 21 janv. 18 fév. 18 mars 15 avril 13 mai 10 juin	Bouchées de poulet, chapelure multigrain Pommes de terre purée Petites carottes tranchées — Tourtière au bœuf individuelle Pommes de terre purée Petites carottes tranchées	Spaghetti — Saumon à la cajun Riz basmati Légumes cocktail	Sandwich chaud césar au poulet — Macaroni chinois Salade césar	Poulet à la méditerranéenne Riz aux fines herbes — Filet de tilapia, chapelure multigrain Riz aux fines herbes Légumes du jour	Pizza (au choix: garnie, végétarienne, à la grecque, fromage) Salade verte — Choix du chef

<p>3</p> <p>10 sept. 8 oct. 5 nov. 3 déc. 28 janv. 25 fév. 25 mars 22 avril 20 mai 17 juin</p>	<p>Vol-au-vent au poulet Pommes de terre purée Pois et maïs</p> <p>—</p> <p>Poisson à l'italienne Pommes de terre purée Pois et maïs</p>	<p>Pâtes gratinées</p> <p>—</p> <p>Pain de veau, sauce forestière Pommes de terre purée Légumes Montégo</p>	<p>Dinde rôtie, sauce à la dinde Pommes de terre purée Carottes miniatures</p> <p>—</p> <p>Médailles de poisson, sauce citronnée Pommes de terre purée Carottes miniatures</p>	<p>Tortellini au fromage, sauce rosée Légumes californien</p> <p>—</p> <p>Saucisses au poulet grillées, sauce brune Pommes de terre rondes Légumes californien</p>	<p>Hambourgeois au boeuf Laitue et tomates</p> <p>—</p> <p>Choix du chef</p>
<p>4</p> <p>17 sept. 15 oct. 12 nov. 10 déc. 7 janv. 4 fév. 4 mars 1^{er} avril 29 avril 27 mai 24 juin</p>	<p>Bouchées de poisson, sauce tartare Pommes de terre purée Légumes jardinière</p> <p>—</p> <p>Macaroni au fromage Légumes jardinière</p>	<p>Pâté au poulet Pommes de terre purée Haricots verts entiers</p> <p>—</p> <p>Saumon grillé Pommes de terre purée Haricots verts entiers</p>	<p>Poitrine de poulet épicée, trempette au yogourt Pitas assaisonnés Légumes mexicain</p> <p>—</p> <p>Chili con carne Pitas assaisonnés Légumes mexicain</p>	<p>Pâté chinois</p> <p>—</p> <p>Sauté de porc sur riz blanc</p>	<p>Spaghetti</p> <p>—</p> <p>Choix du chef</p>

À NOTER :

POUR DES RAISONS D'ORGANISATION, CE MENU POURRAIT ÊTRE MODIFIÉ SANS PRÉAVIS.

CE MENU N'EST PAS SANS ALLERGÈNE.

APPROUVÉ PAR :

**LES NUTRITIONNISTES DU
SECTEUR DES SERVICES ALIMENTAIRES**

Bon appétit à tous!!!

