

Menu type Saint-Julien/Bouchard/Oasis/Dansereau - Saint-Martin

Semaines		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupes		Nouilles	Velouté ou Légumes	Minestrone/orge	Potage/pois	Choix du chef
1	26août/23sept/ 21oct/18nov/ 16déc/27jan/ 24fév/30mars/ 27avril/ 25mai	*Poisson multigrains	Penne Alfredo	Sous-marin Boulettes	*Spaghetti	Hamburger
		Riz ou couscous	Poulet	Et fromage	Sauce à la viande	Poulet
		Macédoine	Brocoli	Salade de légumes	Salade du chef	Salade et tomate
2	2sept/30sept/ 28oct/25nov/6jan/ 3fév/9mars/ 6avril/4mai/1juin	Quiche aux légumes	Hamburger steak	*Mini pain de viande	*Macaroni	Pizza
		Et fromage	Macédoine de légumes	Sauté de légumes	À la viande	Pepperoni fromage
		Salade printanière	Patates	Couscous	Salade du chef	crudités
3	9sept/7oct/4nov/ 2déc/13jan/10fév/ 16mars/13avril/ 11mai/8juin	Jambon à l'érable	Poulet mariné	*Pâté chinois	*Spaghetti	Hamburger au boeuf
		Patates	Et légumes sautés	Betteraves marinées	Sauce viande	Salade roquette
		Carottes glacées	Vermicelle de riz		Salade césar	Et légumes
4	16sept/14oct/ 11nov/9déc/ 20jan/17fév/ 23mars/20avril/ 18mai/15juin	Sandwich au jambon et	*Fajitas au boeuf	Hot chicken	*Lasagne aux épinards	Pizza au fromage
		Fromage fondu	Salsa et crème sûre	Petits pois	Sauce viande	*Salade pois
		Crudités	Salade de maïs	Patates		Chiches et légumes
Desserts		Yogourt, compote, salade de fruits, fruit frais ou choix du chef				

***Ce met contient des grains entiers, des légumineuses ou du soja.**

Repas servi avec soupe du jour + jus de fruits (100% pur 200mL), eau en bouteille (500ml) ou lait (200ml) + dessert du jour

***Les légumes varient selon la saison. Les Repas froids et les autres articles froids servis tous les jours sont : assiettes froides complètes, salades, sandwichs variés, pizza froide, wrap au poulet, etc.

Tous nos desserts sont faits maison et contiennent 50 % de grains entiers. Nos menus respectent la politique alimentaire de la CSDRN.

Menu type Saint-Julien/Bouchard/Oasis/Dansereau - Saint-Martin

Prix des Repas et des Compléments			
Assiette de salade 350 ml (Végétarienne)	3,00 \$	Galette de riz 14 gr.	0,50 \$
Assiette Froide (55 gr d'aliments protéiques)	4,65 \$	Gelée avec fruits ou pouding au lait 125 ml	1,30 \$
Assiette principale du repas	4,65 \$	Jus de fruits/légumes 100% pur 200 ml	1,30 \$
Assiette salade César 350 ml	3,60 \$	Jus de fruits/légumes 100% pur 300 ml	1,80 \$
Bagel (mini) et fromage à la crème	2,00 \$	Lait 2% 200 ml	1,30 \$
Biscuit Praeventia 70% 30gr.	1,50 \$	Lait au chocolat 200 ml	1,40 \$
Biscuit soda/Social Thé/raisin sec/cheerios 5gr	0,30 \$	Lait au chocolat 473 ml	2,50 \$
Carrés aux dattes/Croustade aux pommes	2,00 \$	Muffin grains entiers 125 gr	2,00 \$
Céréales 20 gr	1,35 \$	Oeuf farci et crudités	2,50 \$
Craquelin et fromage 22 gr.	1,40 \$	Pain à la tomate (pizza froide)	2,90 \$
Craquelins cuits au four	1,50 \$	Petit pain blé entier et margarine végétale	0,85 \$
Croustilles cannelle et compote de pomme	2,00 \$	Repas 3 items	5,95 \$
Crudités et trempette 130 gr	2,00 \$	Repas 4 items	6,10 \$
Dessert é la carte	2,00 \$	Salade de fruits/compote de fruits	1,30 \$
Eau de source 500 ml	1,25 \$	Salade de pâtes 150 ml	1,25 \$
Eau gazéifiée 500ml	2,35 \$	Sorbet/ Crème glacée	1,40 \$
Ficello / Fromage en portion 20 à 30 grammes	1,25 \$	Soupe et biscuits soda 170 ml	1,25 \$
Fromage en grains 120 grammes	2,00 \$	Soupe repas et biscuits soda 3750 ml	2,50 \$
Fromage et raisins 85 gr.	1,90 \$	Yogourt 100 grammes	1,25 \$
Fruit frais ou assiette de fruits	1,30 \$	Yogourt à boire 200 ml	1,65 \$
Fruits frais entier ou coupés	1,30 \$	Yogourt, fruits, céréales 260 ml (YOCÉ)	2,70 \$
Galette à l'avoine ou mélasse grosse de 80 gr	1,40 \$		

Nous vous offrons deux façons de procéder :

- 1. Repas payable le jour même : 3 items 5,95\$ ou 4 items 6,10\$**
- 2. Carte 10 repas : 59,50\$ 4 items**
- 3. Carte du mois : prix selon nombre de jours d'école (un repas gratuit)**

Paiement par chèque ou argent comptant (à l'attention de Annie Hudon)

Virement bancaire: hudon.annie@videotron.ca (Mot de passe: repas)