



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Soupe poulet et légumes Veau parmigiana *Tofu Tao¹ (A. Bilodeau, sec. 1)</p> <p>Nouilles aux œufs Haricots verts Salade César</p>	<p>Soupe aux lentilles Cuisse de poulet à la portugaise Orge pilaf</p> <p>Macaroni au fromage Jardinière de légumes Salade fusion</p>	<p>Crème de poulet Assiette grecque (porc mariné, riz à l'ail, sauce tzatziki, pointe de pita)</p> <p>Poisson-bruschetta Riz à l'ail et origan</p> <p>Brocoli au beurre Salade grecque</p>	<p>Soupe aux légumes Pilons de poulet croustillant en croute d'épices Pommes de terre rôties</p> <p>Wrap aux patates douces et haricots noirs</p> <p>Légumes mexicains Salade de chou</p>	<p>Crème de brocoli Bifteck, sauce à la lyonnaise Purée de pommes de terre</p> <p>*Sandwich Banh-mi¹ (M.-È. Gonthier, enseignante)</p> <p>Carottes persillées Salade jardinière</p>
<p>Crème de champignons Sandwich chaud au poulet sur petit pain rond</p> <p>*Tofu «Wowbutter» Nouilles de riz</p> <p>Pois verts Salade du marché</p>	<p>Soupe à l'oignon Lasagne</p> <p>Pita de falafels Courgettes sautées aux herbes Salade César</p>	<p>Soupe minestrone Poulet teriyaki Couscous</p> <p>Pâté au saumon, sauce aux œufs Fleurettes de brocoli Salade d'épinards</p>	<p>Crème de légumes Burrito à la viande</p> <p>*Cari de pois chiches Riz basmati</p> <p>Légumes San Francisco Salade de carottes crémeuse</p>	<p>Soupe tomates et quinoa Pizza au poulet barbecue</p> <p>Étagé de légumes grillés et ricotta¹ (W. Hudon, sec. 2)</p> <p>Mélange de légumes à l'italienne Salade mesclun</p>
<p>Soupe poulet et vermicelles Boulettes de bœuf Shanghai Purée de pommes de terre</p> <p>Dahl à l'indienne Demi-pain naan</p> <p>Légumes à la florentine Salade du chef</p>	<p>Crème de courge Lanières de porc aigre-doux Quinoa</p> <p>Casserole de thon Carottes au cumin Salade californienne</p>	<p>Soupe aux légumes Pita à l'italienne</p> <p>*Omelette aux légumes et fromage Légumes de Paris Salade du marché</p>	<p>Crème de carottes Poulet au beurre</p> <p>Filet de poisson en croute d'herbes Riz vapeur Duo de haricots</p> <p>Salade verte au chou rouge</p>	<p>Soupe à l'orientale Assiette chinoise Riz frit au soya</p> <p>Wrap au chili végétarien¹ (V. Fournier, enseignante)</p> <p>Légumes sautés asiatiques Salade d'épinards et carottes</p>
<p>Soupe bœuf et orge Parmentier de porc effiloché</p> <p>Bol végé tex-mex Riz</p> <p>Légumes racines grillés Salade du marché</p>	<p>Soupe poulet et riz Pâtes, sauce à la viande</p> <p>*Quinoa aux pois chiches et légumes¹ (C. Binet, sec. 1)</p> <p>Brocoli Salade César</p>	<p>Crème de tomates au basilic Burger de poulet cajun</p> <p>Quiche brocoli et fromage Jardinière de légumes Salade de chou</p>	<p>Crème de navet Casserole de bœuf épice et pommes de terre en dés</p> <p>*Gratin jardinière Mélange fusion Salade méditerranéenne</p>	<p>Soupe bœuf et quinoa Poulet à la cacciatora</p> <p>Tacos de poisson (2) Riz pilaf Pois et carottes</p> <p>Salade de maïs et poivrons</p>

*Plats inscrits au programme Aliments du Québec au menu. / Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

**Plats faisant partie de notre offre végétarienne.



¹ Plat de l'élève gagnant du concours de recettes végétariennes en partenariat avec Lab22.

Prix du menu du jour

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- et le dessert

6,80 \$

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



Visitez le www.Chartwellsk12.ca pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa « carte Zipthru » pour payer à la caisse.

