



Menu primaire - 2023-2024



		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1 28 août, 2 octobre, 6 novembre, 11 décembre, 29 janvier, 4 mars, 8 avril, 13 mai, 17 juin	Soupes	Soupe poulet et nouilles	Potage à la courge	Soupe aux tomates et riz	Soupe bœuf et légumes	Crème de poulet
	Mets principaux	Tofu général Tao	Boulettes de bœuf aux pêches	Poulet souvlaki	Macaroni à la viande	Hamburger
		Lasagne aux légumes	Croissant farci aux œufs	Crêpes au jambon	Poisson en croûte et sauce tartare	Sauté de porc à l'asiatique
	Féculents	Riz basmati	Nouilles fines aux herbes	Patates à la grecque	Couscous	Vermicelles de riz
	Légumes	Brocoli	Crudités/Chou-fleur	Jardinière de légumes	Pois verts et carottes	Sauté de légumes
Desserts	Pouding-Fruit-Yogourt	Tarte au fromage et cerises-Fruit-Yogourt	Croustade aux pommes-Fruit-Yogourt	Gâteau Gelée aux fruits-Fruit-Yogourt	Lait glacé-Gelée aux fruits-Fruit	
Semaine 2 4 septembre, 9 octobre, 13 novembre, 18 décembre, 5 février, 11 mars, 15 avril, 20 mai	Soupes	Soupe boeuf et vermicelles	Soupe poulet et orge	Soupe aux tomates et coquilles	Crème de champignons	Potage de poireaux et patates
	Mets principaux	Wrap au poulet César	Quiche au jambon	Pizza au bœuf	Sous-marin au jambon	Poulet croustillant
		Chili au quinoa	Tortellinis sauce rosée	Poisson poché sauce à l'aneth	Pain de dinde à la sauce tomate	Bœuf Stroganoff
	Féculents	Chips de maïs	—	Riz au poivrons verts et rouges	Couscous	Pommes de terre en julienne/ Nouilles aux œufs
	Légumes	Crudités/haricots verts et poivrons rouges	Brocoli	Carottes et courgettes	Chou-fleur	Navets et céleris
Desserts	Gâteau aux bananes/Fruit/Yogourt	Mousse au chocolat/Fruit/Yogourt	Salade de fruits maison/Gelée aux fruits/Yogourt	Tarte au citron/Fruit/Yogourt	Biscuits aux pépites de chocolat / Fruit/Yogourt	
Semaine 3 11 septembre, 16 octobre, 20 novembre, 8 janvier, 12 février, 18 mars, 22 avril, 27 mai	Soupes	Soupe poulet & quinoa	Soupe aux tomates et vermicelles	Soupe boeuf et orge	Soupe Wonton	Crème de brocoli
	Mets principaux	Farfalles sauce primavera	Vol-au-vent au poulet	Pâté mexicain	Boulettes de porc à l'oriental	Pizza aux trois fromages
		Hamburger steak	Bœuf aux légumes	Jambon à l'érable	Poisson en croûte et sauce au citron	Riz au poulet
	Féculents	Purée de pommes de terre	—	Quartiers de pommes de terre	Riz pilaf	—
	Légumes	Brocoli	Choux de bruxelles	Mais et poivrons rouges	Sauté de légumes	Jardinière de légumes
Desserts	Pouding/Fruit/Yogourt	Gâteau aux carottes/Fruit/Yogourt	Parfait aux petits fruits/Gelée aux fruits/Fruit	Étagé aux biscuits Graham/Fruit/Yogourt	Gâteau au chocolat/Fruit/Yogourt	
Semaine 4 18 septembre, 23 octobre, 27 novembre, 15 janvier, 19 février, 25 mars, 29 avril, 3 juin	Soupes	Soupe poulet & riz	Soupe minestrone	Potage aux carottes	Soupe bœuf et coquilles	Crème de chou-fleur
	Mets principaux	Coquilles au fromage	Gratin au jambon et légumes	Spaghetti à la viande	Ragoût de boulettes	Petits pains farcis
		Croquettes de tofu à la Tex-Mex	Fajitas au poulet	Fricassée de dinde	Sandwich au thon	Poulet parmigiana
	Féculents	Couscous	—	—	Purée de pommes de terre et chou-fleur	Nouilles aux herbes
	Légumes	Brocoli	Haricots verts et poivrons rouges	Jardinière de légumes	Crudités/Pois verts	Carottes en julienne
Desserts	Gâteau et coulis aux fraises/Fruit/Yogourt	Croustillant aux petits fruits/Fruit/Yogourt	Gâteau rouge velours/Fruit/Yogourt	Tarte à la noix de coco/Fruit/Yogourt	Lait glacé/Fruit/Gelée aux fruits	
Semaine 5 25 septembre, 30 octobre, 4 décembre, 22 janvier, 26 février, 1er avril, 6 mai, 10 juin	Soupes	Soupe aux légumes	Crème de poulet	Soupe aux tomates et nouilles	Soupe bœuf et étoiles	Crème de céleri
	Mets principaux	Pâté chinois	Saucisses de porc	Pépites de morue	Plumes Alfredo au jambon	Hamburger au poulet
		Rigatonis sauce aux lentilles	Riz mexicain	Rôti de dinde sauce BBQ	Poulet aigre-doux	Manicottis au fromage et épinards
	Féculents	—	Pommes de terre bouillies	Quartiers de pommes de terre/Riz	Vermicelles de riz	—
	Légumes	Carottes et navets	Brocoli	Macédoine	Sauté de légumes	Haricots verts et jaunes
Desserts	Gelée aux fruits /Fruit/Yogourt	Renversé au chocolat/Fruit/Yogourt	Parfait aux petits fruits/Fruit/Gelée aux fruits	Carrés aux dattes/Fruit/Yogourt	Carré de céréales de riz à la guimauve/Fruit/Yogourt	