

École des Timoniers

Année scolaire 2018-2019



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Semaine 1

27 août 25 fév.
24 sept. 25 mars
22 oct. 22 avril
19 nov. 20 mai
17 déc. 17 juin
28 janv.

Macaroni chinois au poulet dans une boîte asiatique

Crème de champignons
Frittata brie et poivrons
Pommes de terre en cubes
Salade verte et chou rouge
Maïs en grains
Cubes d'ananas

Soupe à l'oignon
Lasagne sauce à la viande
Pilons de poulet miel et ail
Riz brun
Salade César
Fleurons de brocoli citronnés et poivrés
Croustillant aux pommes

Pizza Pi
Soupe poulet et nouilles
Filet de poisson croustillant salsa à la mangue et couscous
Salade du chef
Haricots verts
Pouding au chocolat

Soupe cultivateur
Rigatoni sauce italienne
Bœuf bourguignon
Orge pilaf
Salade jardinière Julienne
de carottes jaunes
Yogourt avec céréales

Burrito bœuf et fromage
Crème de brocoli
Burger de dinde Tennessee
Quartiers de p. de terre
Salade d'épinards
Macédoine Prince Édouard
Brownie aux haricots noirs

Semaine 2

03 sept. 04 fév.
01 oct. 04 mars
29 oct. 01 avril
26 nov. 29 avril
07 janv. 27 mai

Boulettes teriyaki sur vermicelles de riz
Soupe poulet et légumes
Pain plat croque-soleil (œufs, fromage, jambon, sauce hollandaise)
Crudités et trempette
Duo de haricots
Quartiers d'orange ou mandarine

Soupe aux lentilles
Tortellinis sauce rosée
Boulettes BBQ
Nouilles aux œufs persillées
Salade Mesclun
Chou-fleur grillé
Pouding au caramel

Burger de bœuf et pommes de terre
Potage Du Barry
Souvlaki de porc maison
Pain pita et riz brun
Salade fatouche
Légumes Montego
Petite galette à l'avoine

Crème de légumes
Coquilles au bœuf et tomates
Pâté au saumon, sauce aux œufs
Salade César
Cubes de courge butternut
Clafoutis aux framboises

Pépites de poulet et pommes de terre
Soupe paysanne
Casserole légumes et saucisse végétarienne
Riz basmati
Salade de légumes
Petits pois verts
Trottoir à la mangue

Semaine 3

10 sept. 11 fév.
08 oct. 11 mars
05 nov. 08 avril
03 déc. 06 mai
14 janv. 03 juin

Macaroni chinois au poulet dans une boîte asiatique
Soupe poulet et vermicelles
Bifteck sauce au poivre
Purée de légumes
Courgettes au four
Salade de chou
Pouding à la vanille

Soupe aux légumes
Spaghetti sauce bolognaise/végétarienne
Porc dijonnaise
Quinoa
Salade César
Haricots verts
Salade de fruits

Pizza Pi
Soupe orientale
Poulet Général Tao
Nouilles cantonaises
Salade orientale
Brocoli à l'orange
Renversé aux ananas

Soupe minestrone
Pain de viande glacé
Roulade de poisson aux épinards
Riz aux herbes
Salade d'épinards et radis
Maïs et poivrons rouges
Gélatine au jus de fruits

Burrito bœuf et fromage
Soupe bœuf et orge
Pennes poulet pesto
Légumes grillés
Salade méditerranéenne
Coupe de yogourt et petits fruits

Semaine 4

17 sept. 18 fév.
15 oct. 18 mars
12 nov. 15 avril
10 déc. 13 mai
21 janv. 10 juin

Boulettes teriyaki sur vermicelles de riz
Crème de courge
Sandwich chaud au poulet
Purée de pommes de terre
Salade du marché
Petits pois verts
Verre de raisins

Soupe tomates et riz
Macaroni au fromage
Chili à la dinde
Chips de tortillas
Salade César
Edamames et carottes jaunes
Pain aux bananes

Burger de bœuf et pommes de terre
Potage Crécy
Quésadillas aux haricots noirs
Salade de carottes
Chou-fleur au paprika
Yogourt aux fraises

Soupe aux pois
Bouchées de poulet croustillantes
Quartiers de pommes de terre
Farfalles crémeuses au bœuf et tomates
Salade du chef
Carottes aux herbes
Cubes de melon

Club sandwich à la dinde et salade de chou
Soupe poulet et quinoa
Calzone aux fruits de mer
Salade italienne
Duo de haricots
Croustade aux poires

LES JETONS-REPAS

Vous avez la possibilité de profiter des jetons-repas «Chartwells» pour le repas de votre adolescent à la cafétéria.

L'achat de jetons permet d'obtenir un repas complet compris dans le menu du jour (4 items).

Où vous les procurer?

Sur l'heure du dîner ou à la pause, votre enfant pourra aller voir notre responsable à la cafétéria,

- soit avec un chèque payable au nom du «Groupe Compass (Québec) Itée»

- soit avec le montant en argent, et il se verra remettre une enveloppe contenant 10 jetons-repas.

Prix du menu du jour complet (SANS JETON)

5,65 \$

Prix pour l'achat de 10 jetons :

55,50 \$

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.