



Semaine 1

26 août
30 septembre
4 novembre
9 décembre

Semaine 2

2 septembre
7 octobre
11 novembre
16 décembre

Semaine 3

9 septembre
14 octobre
18 novembre

Semaine 4

16 septembre
21 octobre
25 novembre

Semaine 5

23 septembre
28 octobre
2 décembre

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Potage de légumes	Soupe poulet et nouilles	Soupe à l'italienne	Crème de légumes racines	Soupe poulet et riz
Penne au poulet	Goberge aux herbes et beurre à l'ail	Poulet au beurre	Chili au bœuf	Pizza pepperoni
Quiche à la ratatouille ^V	Pain de viande végété ^V	Tofu cari et coco ^V	Raviolis au fromage ^V	Pizza trois fromages ^V
Riz brun et maïs	Pommes de terre en purée et brocolis à la vapeur	Riz blanc, chou-fleur et pain naan	Salade du chef et chips en triangle	Frites de pommes de terre et salade de chou
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Potage de légumes	Crème de tomate	Soupe aux légumes	Soupe bœuf et légumes	Soupe poulet et orzo
Boulettes de viande teriyaki	Wrap au poulet souvlaki	Bar à pâtes	Fajitas au poulet	Fish and chips
Ragout de légumineuses ^V	Sandwich au fromage fondu ^V	Garniture surprise ^V	Fajitas au tofu ^V	Pain à la viande végété ^V
Riz blanc et haricots verts	Quartiers de pommes de terre à la grecque et légumes	Salade du chef	Riz frit Tex-Mex et maïs	Frites et salade de chou
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Crème de légumes	Soupe bœuf et orge	Soupe au poulet et légumes	Soupe bœuf à l'ancienne	Crème de brocoli
Casserole de bœuf aux macaronis	Poulet au beurre	Mini sandwich au porc effiloché	Bar à tacos	Poulet grillé
Riz frit aux légumes ^V	Ragout végétarien à la courge ^V	Penne style carbonara ^V	Bœuf tofu et haricots ^V	Parmentier végétarien ^V
Haricots et salade du chef	Riz brun, chou-fleur et pain naan	Pommes de terre à la grecque et salade de légumes	Salade du chef et maïs vapeur	Pommes de terre pilées et pois verts
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Crème de légumes racines	Soupe minestrone	Soupe poulet et nouilles	Crème de tomate	Soupe poulet et riz
Nouilles Hunan au porc	Pâté au poulet	Pâtes marinara au bœuf	Poulet BBQ à la texane	Burrito au bœuf, riz et haricots
Bol de falafel et riz pilaf ^V	Quiche au brocoli et cheddar ^V	Mac and Cheese ^V	Sandwich au fromage ^V	Général Tao au tofu ^V
Brocolis à la vapeur	Pommes de terre au romarin et brocolis à l'ail	Salade du chef	Pommes de terre pilées et carottes	Riz et maïs
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour
Potage de légumes	Soupe bœuf et légumes	Soupe aux légumes	Potage aux carottes	Soupe aux légumes et orzo
Casserole de bœuf	Poulet lime et coriandre	Bar à pâtes	Poulet Lo-Mein	Hamburger
Sauté de tofu aux légumes ^V	Quesadillas aux haricots ^V	Garniture surprise ^V	Tofu teriyaki ^V	Hamburger végétarien ^V
Riz brun et juliennes de carottes	Salsa de maïs	Salade du chef	Riz et légumes	Frites et salade de chou
Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour

Notre bar à salade est composé d'un assortiment de légumes de saison et de condiments, avec plusieurs choix de vinaigrettes.



COLLÈGE JÉSUS-MARIE DE SILLERY

Tarifs

Repas préscolaire primaire :

8.10 \$

Repas secondaire :

8.35 \$

Plan-repas annuel

Épargnez à l'achat du plan annuel!

Préscolaire/primaire :

1 270 \$

Secondaire :

1 165 \$

Blocs-repas

Bloc 10 repas : 83.50 \$

Bloc 20 repas : 163 \$

Bloc 40 repas : 320 \$

Bloc 80 repas : 628 \$

Dîners Dollars

Montant ajouté à la carte repas de votre enfant de niveau secondaire qui lui permet de faire ses propres achats à la cafétéria.

ENTRÉE
Soupe ou salade

PLAT PRINCIPAL
2 choix

FÉCULENTS ET
LÉGUMES

DESSERT

^V Plat végétarien