

Menu du jour 2020-2021
École secondaire de la Commission scolaire Marie-Victorin



SEMAINE 1					
Semaines du 31 août, 28 septembre, 26 octobre, 23 novembre 2020 4 janvier, 1er février, 8 mars, 5 avril, 3 mai et 31 mai 2021					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe tomate et légumes	Potage de lentilles	Soupe au chou	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles
ASSIETTE PRINCIPALE	Curry de pois chiches (Tomates, lait de coco, cari, cumin) (Riz et brocoli)	Boulettes de dinde Pomodoro (Dinde hachée, sauce tomate) (Pommes de terre pilées, haricots verts)	Casserole de veau (Veau, sauce brune, crème sûre, champignons, oignons et mini-lasagne) (Légumes jardiniers)	Poke bol au poulet (Plat à base de riz, poulet, légumes et sauce au sésame) (Riz et légumes thaïs)	Poisson florentine (Épinards, fromage, sauce béchamel) (Pommes de terre en cubes et carottes)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau au chocolat	Croustade aux pommes	Yogourt du jour	Gâteau aux épices à l'orange
SEMAINE 2					
Semaines du 7 septembre, 5 octobre, 2 novembre et 30 novembre 2020 11 janvier, 8 février, 15 mars, 12 avril, 10 mai et 7 juin 2021					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Potage de carottes	Soupe du jour	Crème de céleri	Soupe asiatique	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Salade de pâtes et tofu à la grecque (Feta, tofu, concombres, tomates, poivrons, oignons, olives noires, et vinaigrette)	Burrito au bœuf (Tortilla, bœuf, haricots, tomates, poivrons et fromage) (Riz mexicain)	Sauté de tofu caramélisé à l'ail (Nouilles de riz et mélange asiatique)	Poulet Shish Taouk (Riz et salade)	Inspiration du moment au gré des saisons
DESSERT	Compote de pommes	Pain aux bananes et mélasse	Tarte aux fraises	Salade de fruits	Gâteau aux pommes, carottes et noix de coco
SEMAINE 3					
Semaines du 14 septembre, 12 octobre, 9 novembre, 7 décembre 2020 18 janvier, 15 février, 22 mars, 19 avril et 17 mai 2021					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe tomate et orge	Crème de poulet	Soupe bœuf et nouilles	Potage de légumes	Soupe tomate et riz
ASSIETTE PRINCIPALE	Frittata méditerranéenne (Œufs) (Riz et salade)	Pain de viande au fromage (Porc et bœuf) (Pommes de terre bouillies et brocoli)	Poulet à l'italienne gratiné (Sauce tomate, fines herbes et fromage) (Riz et duo de courgettes)	Boulettes suédoises (Tout bœuf) (Pâte à l'ail et carottes)	Pâté au saumon (Sauce aux œufs et mélange jardinier)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau à la vanille	Pain aux zuchinis et chocolat	Carré aux fruits	Dessert surprise
SEMAINE 4					
Semaines du 21 septembre, 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre 2020 25 janvier, 22 février, 29 mars, 26 avril et 24 mai 2021					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Crème de brocoli	Soupe bœuf et riz	Potage du chef	Minestrone	Crème de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Brochette de tofu Général Tao (Vermicelles de riz et mélange jardinier)	Wrap au poulet multigrains croustillant (Duo de salades)	Salade tiède au porc Teriyaki (Salade de légumes cuits avec riz, filet de porc et sauce teriyaki)	Couscous au poulet (Duo de courgettes)	Lasagne sauce à la viande (Porc et bœuf) (Salade César)
DESSERT	Biscuit orange et canneberges	Carré aux dattes	Tartelette au citron	Gâteau aux petits fruits	Yogourt du jour
BOISSON	Eau, jus 200 ml ou lait 2 % 200 ml				
Menu à la carte : chaque jour, une variété de sandwiches, de salades, de fruits, de muffins et d'autres collations sont disponibles.					
Modes de paiement acceptés : argent comptant, débit et carte rechargeable à lanielstlaurent.ca					