



Prix : 6.95\$ assiette principale, soupe,  
dessert et breuvage

Menu cafétéria 2025-2026

Semaine 3

8 déc. – 19 janv. – 16 fév. – 23 mars – 20 avril – 18 mai

|   | Lundi  | Mardi  | Mercredi  | Jeudi   | Vendredi  |
|---|--|--|---|---|---|
| Soupe   | Crème de poulet onctueuse  | Soupe bœuf et carottes   | Soupe à la sauce soya   | Tomate et riz   | Potage d'orge aux légumes   |
| Assiette principale<br>(2 choix)                | 1- Fettuccine brocoli et poulet dans<br>une sauce Alfredo crémeuse<br><br>2 – Ragoût marocain aux pois chiches<br>légèrement épicé | 1- Boulettes de bœuf au thaï en<br>sauce, servie avec riz aux<br>légumes<br><br>2- Filet de tilapia façon cacciatore<br>accompagné de riz persillé | 1- Assiette asiatique (riz aux<br>légumes, boulette de poulet<br>avec sauce aux cerises et<br>rouleaux impériaux avec<br>sauce aux prunes)<br><br>2- Macaroni à la sauce soya | 1- Saucisses et légumes de<br>saison accompagnés de<br>pâtes rigatoni<br><br>2- Pizza végé avec tofu servie<br>avec salade maison | 1- Vol au vent au poulet crémeux<br>avec légumes et pomme de<br>terre duchesse<br><br>2- Raviolis farcis au fromage et<br>épinards nappés de sauce à la<br>crème de tomate. |
| Salade<br>(incluant la vinaigrette)             | Salade de lentilles avec légumes<br>croquants  | Salade de brocoli aux canneberges  | Salade de riz froid avec légumes  | Salade de pâtes froides et<br>colorées  | Salade de chou rouge et vert<br>croquante   |
| Crudités<br>(75 g, incluant la<br>trempette)    | Carottes, céleri, brocoli, chou-fleur, radis et concombre accompagnés d'une vinaigrette yogourt à la moutarde douce et miel.       |  |   |   |   |
| Super – sandwich<br>(Ingrédients<br>protéiques) | Kaiser garni de rôti de bœuf tendre  | Ciabatta garni de poulet au pesto  | Panini garni de porc effiloché<br>maison  | Wrap à la dinde avec tomates<br>séchées au four   | Panini style B.L.T.<br>(bacon, laitue et tomate)  |
| Dessert   | Gâteau marbré maison   | Pouding au riz à l'ancienne  | Compote de pommes sans<br>sucre ajouté  | Carré à l'avoine et aux fruits  | Poires en morceaux  |