

École secondaire de la Magdeleine

Centre de services scolaire des Grandes-Seigneuries

ANNÉE SCOLAIRE 2022-2023



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Semaine 1</p> <p>22 août 20 févr. 19 sept. 20 mars 17 oct. 17 avril 14 nov. 15 mai 12 déc. 12 juin 23 janv.</p>	<p>Soupe poulet et légumes</p> <p>Bifteck, sauce lyonnaise</p> <p>Omelette grecque</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Pois et carottes</p> <p>Salade verte du jardin</p> <p>Cubes de melon miel</p>	<p>Soupe aux pois</p> <p>Burger de dinde (laitue, tomate et mayo épicée)</p> <p>Pommes de terre en quartiers</p> <p>Filet de poisson croustillant</p> <p>Riz multigrain</p> <p>Haricots verts</p> <p>Salade de chou</p> <p>Croustillant aux pommes</p>	<p>Crème de légumes</p> <p>Porc aigre-doux</p> <p>Nouilles aux œufs</p> <p>Cannellonis aux épinards et ricotta</p> <p>Courgettes grillées</p> <p>Salade César</p> <p>Parfait au yogourt</p>	<p>Potage cultivateur</p> <p>Poulet à l'érable et fruits séchés</p> <p>Pommes de terre grelots</p> <p>Bol de riz mexicain</p> <p>Mélange de légumes Montego</p> <p>Salade printanière</p> <p>Biscuit à la mélasse</p>	<p>Crème de brocoli</p> <p>Veau Marengo</p> <p>Sauté de tofu au gingembre</p> <p>Riz basmati</p> <p>Macédoine de légumes</p> <p>Salade d'épinards et carottes</p> <p>Pouding à la vanille et Graham</p>
<p>Semaine 2</p> <p>29 août 27 févr. 26 sept. 27 mars 24 oct. 24 avril 21 nov. 22 mai 19 déc. 19 juin 30 janv.</p>	<p>Crème de champignons</p> <p>Escalope de poulet salsa</p> <p>Fusillis aux fines herbes</p> <p>Couscous aux légumes et pois chiches</p> <p>Chou-fleur grillé</p> <p>Salade du marché</p> <p>Quartiers de mandarines</p>	<p>Soupe minestrone</p> <p>Souvlaki de porc, sauce tzatziki</p> <p>Fajitas aux légumes et tofu grillé</p> <p>Riz aux herbes</p> <p>Mélange de légumes bistro</p> <p>Salade verte à la mexicaine</p> <p>Pain aux bleuets</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p>Spaghetti, sauce à la viande et lentilles</p> <p>Frittata au brocoli et pommes de terre</p> <p>Duo de haricots</p> <p>Salade César</p> <p>Verre de raisins</p>	<p>Soupe tomates et quinoa</p> <p>Poulet général Tao</p> <p>Vermicelles de riz</p> <p>Étagé végétarien aux pommes de terre douces</p> <p>Edamames et carottes en dés</p> <p>Salade de chou orientale</p> <p>Biscuit à l'avoine</p>	<p>Soupe paysanne</p> <p>Pita à l'italienne</p> <p>Pâté au saumon, sauce aux œufs</p> <p>Petits pois</p> <p>Salade méditerranéenne</p> <p>Pouding au caramel</p>
<p>Semaine 3</p> <p>05 sept. 06 févr. 03 oct. 06 mars 31 oct. 03 avril 28 nov. 1^{er} mai 09 janv. 29 mai</p>	<p>Soupe poulet et vermicelles</p> <p>Boulettes de bœuf barbecue</p> <p>Roulade de poisson à la florentine</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Mélange de légumes style californien</p> <p>Salade du chef</p> <p>Yogourt aux framboises</p>	<p>Soupe aux lentilles</p> <p>Poulet teriyaki</p> <p>Chili sin carne</p> <p>Riz persillé</p> <p>Légumes au four</p> <p>Salade de carottes</p> <p>Salade de fruits tropicaux</p>	<p>Crème de poulet</p> <p>Parmentier de porc effiloché</p> <p>Macaroni au fromage</p> <p>Tiges de brocoli</p> <p>Salade César</p> <p>Renversé à la mangue</p>	<p>Potage Crécy</p> <p>Bœuf aux légumes</p> <p>Nouilles aux œufs</p> <p>Sandwich brunch</p> <p>Pommes de terre en cubes</p> <p>Légumes Paradisio</p> <p>Salade du chef</p> <p>Compote de pommes</p>	<p>Soupe bœuf et orge</p> <p>Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée</p> <p>Pommes de terre aux épices de Montréal</p> <p>Tofu au beurre</p> <p>Pain naan</p> <p>Mélange de légumes Montego</p> <p>Salade de chou</p> <p>Pain aux bananes</p>
<p>Semaine 4</p> <p>12 sept. 13 févr. 10 oct. 13 mars 07 nov. 10 avril 05 déc. 08 mai 16 janv. 05 juin</p>	<p>Crème de tomate</p> <p>Cuisse de poulet Jerk</p> <p>Riz jamaïcain</p> <p>Burrito aux haricots noirs et pommes de terre douces</p> <p>Maïs et poivrons rouges</p> <p>Salade verte du jardin</p> <p>Pouding au chocolat</p>	<p>Soupe poulet et nouilles</p> <p>Assiette chinoise Poulet aux ananas, riz aux œufs et aux légumes, chop suey</p> <p>Pita de falafels</p> <p>Mélange de légumes</p> <p>Salade asiatique</p> <p>Cubes de cantaloup</p>	<p>Soupe aux légumes</p> <p>Lasagne à la viande</p> <p>Quiche provençale et feta</p> <p>Haricots verts</p> <p>Salade César</p> <p>Biscuit aux canneberges</p>	<p>Crème de courge</p> <p>Poulet parmesan</p> <p>Tacos souples au poisson</p> <p>Riz basmati</p> <p>Brocoli et chou-fleur</p> <p>Salade du marché</p> <p>Croustade aux petits fruits</p>	<p>Soupe orientale</p> <p>Pâté chinois</p> <p>Pain plat au pesto, légumes grillés et fromage de chèvre</p> <p>Mélange de légumes bistro</p> <p>Salade printanière</p> <p>Brownie aux haricots noirs</p>

Prix du menu du jour

Incluant :

- la soupe
 - le plat principal
 - lait ou jus pur à 100 %
 - et le dessert
- *Une assiette froide est aussi disponible à tous les jours et comprise dans le menu du jour. *

6,35 \$

LES JETONS-REPAS

Vous avez la possibilité de profiter des **jetons-repas** «Chartwells» pour le dîner 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**. Une enveloppe lui sera remise contenant **10 jetons-repas**.

Prix pour l'achat de **10 JETONS : 62,50 \$**



Centre de services
scolaire des
Grandes-Seigneuries
Québec

*Plats inscrits au programme **Aliments du Québec au menu**.

Contient 50 % et plus d'ingrédients d'origine québécoise certifiée. Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

