

Collège de Montréal

Année scolaire 2017-2018



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



COLLÈGE DE
MONTREAL

Semaine 1

28 août - 26 fév.
25 sept. - 26 mars
23 oct. - 23 avril
20 nov. - 21 mai
18 déc. - 18 juin
29 janv.

Soupe poulet et légumes
Pita à l'italienne
Quiche florentine au féta
Salade verte et chou rouge
Fleurons de brocoli

Soupe aux lentilles
Farfalles di casa
Sandwich chaud au poulet
Purée de pommes de terre
Salade César
Petits pois

Crème de poulet
Souvlaki maison
Filet de poisson croustillant
Riz multigrain
Salade grecque
Haricots verts

Soupe cultivateur
Gratin Tex Mex
Dinde au lait de coco
Vermicelles asiatiques
Salade jardinière
Légumes Montego

Crème de brocoli
Poulet Général Tao
Cari végétarien
Riz basmati
Salade d'épinards
Macédoine Prince Édouard

Semaine 2

04 sept. - 05 fév.
02 oct. - 05 mars
30 oct. - 02 avril
27 nov. - 30 avril
08 janv. - 28 mai

Crème de champignons
Doigts de poulet
Quartiers de pommes de terre au paprika fumé
Tofu à l'indienne
Pain naan
Crudités et trempette
Salade du marché

Soupe à l'oignon
Spaghetti sauce à la viande
Casserole de porc à la dijonnaise
Nouilles aux œufs
Salade César
Rondelles de carottes aux herbes

Soupe minestrone
Assiette chinoise
(2 pilons de poulet, macaroni chinois)
Bœuf aux légumes
Orge pilaf
Légumes sautés
Salade de chou

Crème de légumes
Bifteck sauce lyonnaise
Purée de pommes de terre
Pâté au saumon, sauce à l'aneth
Fleurons de brocoli
Salade méditerranéenne

Soupe tomates et quinoa
Burger de dinde maison
Sauté tempeh au gingembre
Vermicelles de riz
Salade kimchi
Carottes jaunes en julienne

Semaine 3

11 sept. - 12 fév.
09 oct. - 12 mars
06 nov. - 09 avril
04 déc. - 07 mai
15 janv. - 04 juin

Soupe poulet et vermicelles
Boulettes suédoises
Filet de poisson chimichurri
Nouilles aux œufs persillées
Macédoine Prince Édouard
Salade du chef

Soupe aux pois
Ziti italien
Wrap asiatique
Salade César
Légumes au four

Potage Crécy
Poulet teriyaki
Salade de quinoa et edamame
Crêpes jambon et fromage
Salade d'épinards
Duo de haricots

Soupe paysanne
Pâté chinois
Salade de betteraves
Chili sin carne
Chips de tortillas
Maïs et poivrons rouges

Soupe bœuf et orge
Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée à la lime
Pommes de terre rissolées
Linguine de la mer
Légumes Montego
Salade verte et chou rouge

Semaine 4

18 sept. - 19 fév.
16 oct. - 19 mars
13 nov. - 16 avril
11 déc. - 14 mai
22 janv. - 11 juin

Crème de tomate
Cuisse de poulet BBQ
Pommes de terre grelots
Quesadillas mexicaines
Salade de chou
Rondelles de carottes aux herbes

Soupe aux légumes
Lasagne à la viande
Sauté de porc et brocoli, sauce hoisin
Vermicelles
Salade César
Courgettes fraîches au four

Soupe poulet et nouilles
Vol-au-vent à la dinde
Bœuf bourguignon
Purée de pommes de terre
Edamame et carottes jaunes
Salade italienne

Crème de courge
Poulet au beurre
Riz basmati
Tacos de poisson
Salade du marché
Fleurons de brocoli

Soupe orientale
Veau parmesan
Pâtes persillées
Pain plat aux légumes grillés, pesto, féta
Salade d'épinards
Haricots verts

Prix du menu du jour :

Comprend :
- la soupe
- le plat principal
- lait **ou**
- jus pur à 100 % **ou**
- bouteille d'eau 500 ml
- et le dessert

5,70 \$

Possibilité d'ajouter une portion supplémentaire de protéine pour 2,40 \$ ou une portion supplémentaire de légumes pour 1,20 \$

Un bon mode de paiement, la «carte caf» de votre enfant!

Vous décidez du montant et faites votre chèque au nom du :

Groupe Compass (Québec) Itée

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa «carte caf» pour payer à la caisse.

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