

Collège de Montréal

Année scolaire 2018-2019



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



COLLÈGE DE MONTREAL

Semaine 1

27 août 25 fév.
24 sept. 25 mars
22 oct. 22 avril
19 nov. 20 mai
17 déc. 17 juin
28 janv.

Crème de champignons
Enchiladas au poulet
Frittata brie et poivrons
Pommes de terre en cubes
Salade verte et chou rouge
Maïs en grains

Soupe à l'oignon
Lasagne sauce à la viande
Pilons de poulet miel et ail
Riz brun
Salade César
Fleurons de brocoli
citronnés et poivrés

Soupe poulet et nouilles
Pâté chinois
Filet de poisson
croûstillant salsa
à la mangue
Couscous
Salade du chef
Haricots verts

Soupe cultivateur
Rigatoni sauce italienne
Bœuf bourguignon ou
Stroganoff
Orge pilaf
Salade jardinière
Julienne de
carottes jaunes

Crème de brocoli
Burger de dinde Tennessee
Bâtonnets de tofu
croûstillants
Quartiers de pommes
de terre
Salade d'épinards
Macédoine Prince Édouard

Semaine 2

03 sept. 04 fév.
01 oct. 04 mars
29 oct. 01 avril
26 nov. 29 avril
07 janv. 27 mai

Soupe aux légumes
Boulettes BBQ
Nouilles aux œufs persillées
Pain plat croque-soleil
(œufs, fromage, jambon,
sauce hollandaise)
Crudités et trempette
Duo de haricots

Soupe aux lentilles
Tortellinis sauce rosée
Assiette « shish taouk »
Salade fattouche
Légumes Montego

Soupe orientale
Poulet teriyaki
Vermicelles de riz
Quesadillas
aux haricots noirs
Salade de carottes
Chou-fleur au paprika

Potage maraîcher
Coquilles au bœuf
et tomates
Pâté au saumon,
sauce aux oeufs
Salade César
Cubes de courge
butternut

Soupe paysanne
Poulet au beurre
Casserole de légumes et
saucisse végétarienne
Riz basmati
Salade de légumes
Petits pois verts

Semaine 3

10 sept. 11 fév.
08 oct. 11 mars
05 nov. 08 avril
03 déc. 06 mai
14 janv. 03 juin

Soupe poulet et
vermicelles
Bifteck sauce au poivre
Roulade de poisson
aux épinards
Purée de légumes
Courgettes au four
Salade de chou

Soupe aux légumes
Spaghetti, sauce
bolognaise/végétarienne
Porc dijonnaise
Quinoa
Salade César
Haricots verts

Potage Crécy
Poulet Général Tao
Nouilles cantonaises
Burger végété
Salade orientale
Brocoli à l'orange

Soupe minestrone
Pain de viande glacé
Dinde au lait de coco
Riz aux herbes
Salade d'épinards et radis
Maïs et poivrons rouges

Soupe bœuf et orge
Pennes au poulet pesto
Falafels
Légumes grillés
Salade méditerranéenne

Semaine 4

17 sept. 18 fév.
15 oct. 18 mars
12 nov. 15 avril
10 déc. 13 mai
21 janv. 10 juin

Crème de courge
Sandwich chaud au poulet
Purée de pommes de terre
Gratin tex-mex sans viande
Salade du marché
Petits pois verts

Soupe tomates et riz
Macaroni au fromage
Pâté au boeuf
Salade César
Édamames et
carottes jaunes

Potage Du Barry
Souvlaki de porc maison
Pain pita et riz brun
Chili à la dinde
Chips de tortillas
Salade Mesclun
Légumes Montego

Soupe aux pois
Bouchées de poulet
croûstillantes
Quartiers de pommes
de terre
Farfalles crémeuses au
bœuf et tomates
Salade du chef
Rondelles de carottes
aux herbes

Soupe poulet et quinoa
Veau parmesan
Pâtes persillées
Calzone aux fruits de mer
Salade italienne
Duo de haricots

Prix du menu du jour :

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- lait **ou**
- jus pur à 100 %
- et le dessert

5,80 \$

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) Ltée

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



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