



COLLÈGE DE
MONTREAL

LE REPAS
COMPLET
COMPREND :

La soupe avec le pain

Plat principal parmi :

- Protéine animale
- Protéine végétale
- Produit de la mer

Légume ou salade

Boisson 200 ml parmi :

- Lait
- Jus pur à 100 %

Dessert parmi :

- Fruit frais
- Yogourt
- Dessert maison

PRIX DU MENU DU
JOUR : 7,10 \$

Un bon mode de
paiement, la « carte
Zipthru »
disponible à la cafétéria !

Visitez le
www.Chartwellsk12.ca
pour plus d'informations.
Votre enfant n'aura qu'à
se servir de sa « carte
Zipthru » pour payer à la
caisse.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
19 août 23 sept. 28 oct. 02 déc. 20 janv. 24 févr. 31 mars 05 mai 09 juin	Crème de champignons Cari végétarien 1 Pilon de poulet barbecue Riz persillé Haricots verts Salade verte et chou rouge	Soupe aux légumes Burger de poisson Porc souvlaki Carottes au beurre Pommes de terre rôties à l'ail et origan Salade d'épinards	Potage Crécy Boulettes de lentilles corail 1 Purée de pommes de terre Petits pois Pâté au poulet Salade du chef	Soupe poulet et riz Lasagne tofu et épinards 1 Galette de veau coréenne Nouilles au beurre Légumes sautés Salade César	Crème de légumes Effiloché végétarien 1 Poulet à la portugaise Riz aux fines herbes Jardinière de légumes Salade de chou crémeuse
26 août 30 sept. 04 nov. 09 déc. 27 janv. 03 mars 07 avril 12 mai	Crème de patate douce Quiche au brocoli et fromage Boulettes de bœuf suédoises Riz et orge pilaf Courgettes fraîches au four Salade printanière	Soupe au bœuf et orge Falafels et couscous façon nord-africaine 1 Poulet au beurre Pain naan Brocoli vapeur Salade fattouche	Soupe poulet et nouilles Poisson pane sauce tartare Lentilles vertes aux herbes de Provence Pizza au poulet BBQ Légumes de style californien Salade César	Crème de chou-fleur Pâtes aux haricots et brocoli 1 Poulet parmesan Pâtes au beurre Haricots verts au pesto Salade d'épinards et carottes	Soupe minestrone Pâté au saumon Porc aigre-doux Purée de pomme de terre persillée Sauté de légumes asiatiques Salade du marché
02 sept. 07 oct. 11 nov. 16 déc. 03 févr. 10 mars 14 avril 19 mai	Soupe à l'oignon Pâtes et lentilles 1 Poulet teriyaki Vermicelles de riz Mélange de légumes bistro Salade César	Crème de tomate à l'italienne Guédille aux crevettes nordiques Porc moutarde et miel Pommes de terre grelots rôties au romarin Brocoli et chou-fleur Salade verte au basilic frais	Crème de carottes au gingembre Chili sin carne Croustilles de tortillas Maïs et poivrons rouges Poulet général Tao Salade de chou vert	Soupe aux légumes maison Pâtes primavera aux légumes 1 Veau parmesan Carottes sautées au cumin Salade du chef	Soupe aux lentilles vertes au cari Omelette-pizza Poulet tandoori Pommes de terre aux épices de Montréal Haricots verts au sésame Salade de carottes
09 sept. 14 oct. 18 nov. 06 janv. 10 févr. 17 mars 21 avril 26 mai	Crème de poulet Poisson-bruschetta Bifteck à la lyonnaise Purée de pommes de terre Pois et carottes Salade de chou rouge	Soupe aux tomates et macaroni Fricassée végétarienne 1 Doigts de poulet Pommes de terre rôties épicées Courgettes vertes sautées Salade printanière	Potage Parmentier au basilic frais Sandwich au tempeh BBQ Burrito à la viande Mélange de légumes automnal Salade du chef	Soupe aux pois Tortellinis, sauce rosée Quiche lorraine Brocoli grillé à l'ail Salade César	Potage cultivateur Casseroles de thon Poulet au cari rouge et à la mangue Riz basmati Carottes et edamame Salade asiatique
16 sept. 21 oct. 25 nov. 13 janv. 17 févr. 24 mars 28 avril 02 juin	Crème de brocoli Étagé de poulet Manicotti au fromage Pommes de terre rôties Légumes jardinières Salade du marché	Crème de poireaux Tofu Général Tao Boulette de viande BBQ Riz Basmati Chou-fleur grille au four Salade de carotte et raisins	Crème de poulet et riz Spaghetti bolognaise végétarienne Pizza méditerranéenne Nouille au beurre Légumes Méditerranéens Salade César	Soupe à la courge Sandwich végétarien Pâté chinois Riz pilaf Haricots verts au beurre Salade du chef	Crème de petit pois et lime Burger végétarien Pain à la viande Purée de pommes de terre Légumes du jour Salade de betteraves

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