

# MENU DE LA CAFÉTÉRIA 2023-2024 — LA PETITE ACADÉMIE

	SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4	
<b>Lundi</b>	<p><b>Soupe</b> : Crème de potiron ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Pêpites de poulet, pommes de terre rôties et haricots jaunes</p> <p><b>Repas 2</b> : Tourtière, betteraves et pommes de terre rôties</p> <p><b>Dessert</b> : Pouding au chocolat</p>	<p><b>Soupe</b> : Crème de carottes ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Pâté chinois et betteraves marinées</p> <p><b>Repas 2</b> : Bâtonnets de poisson, légumes grillés et pommes de terre en purée</p> <p><b>Dessert</b> : Compote de fruits</p>	<p><b>Soupe</b> : Poulet et vermicelles ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Jambon à l'érable, gaufrettes au four et haricots verts</p> <p><b>Repas 2</b> : Croquettes de poulet, gaufrettes au four et haricots verts</p> <p><b>Dessert</b> : Pouding au chocolat</p>	<p><b>Soupe</b> : Crème de tomates ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Sandwich chaud au poulet, pois verts et pommes de terre rôties</p> <p><b>Repas 2</b> : Goberge au cari, carottes et pommes de terre rôties</p> <p><b>Dessert</b> : Muffin aux fruits</p>	<p><b>Semaine 1</b> 11 septembre 9 octobre 6 novembre 4 décembre 29 janvier 26 février 25 mars 22 avril 20 mai 17 juin</p>
<b>Mardi</b>	<p><b>Soupe</b> : Potage au brocoli ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Burger de bœuf et fromage, pommes de terre rôties et salade de chou</p> <p><b>Repas 2</b> : Macaroni au fromage gratiné et salade verte</p> <p><b>Dessert</b> : Yogourt</p>	<p><b>Soupe</b> : Tomates et riz ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Spaghetti à la sauce bolognaise et salade du marché</p> <p><b>Repas 2</b> : Sous-marin végétarien aux deux fromages avec légumes et salade du marché</p> <p><b>Dessert</b> : Jello aux fruits</p>	<p><b>Soupe</b> : Crème de céleri ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Rotinis aux légumes à la sauce Alfredo et salade du marché</p> <p><b>Repas 2</b> : Sous-marin jambon-fromage, salade du marché et pommes de terre O'Brien</p> <p><b>Dessert</b> : Lait glacé</p>	<p><b>Soupe</b> : Potage au navet et pommes de terre douces ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Tortellinis à la sauce tomate et salade du marché</p> <p><b>Repas 2</b> : Bifteck haché, sauce au poivre, pommes de terre en purée et carottes au miel</p> <p><b>Dessert</b> : Lait glacé</p>	<p><b>Semaine 2</b> 18 septembre 16 octobre 11 décembre 8 janvier 5 février 1 avril 29 avril 27 mai</p>
<b>Mercredi</b>	<p><b>Soupe</b> : Crème de tomates ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Poulet à la King, riz pilaf et salade italienne</p> <p><b>Repas 2</b> : Rotinis à la sauce bolognaise et salade italienne</p> <p><b>Dessert</b> : Lait glacé</p>	<p><b>Soupe</b> : Crème de navet ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Tacos bœuf et lentilles, salade de chou et riz à l'espagnol</p> <p><b>Repas 2</b> : Burger au poulet, quartiers de pomme de terre et salade du jour</p> <p><b>Dessert</b> : Lait glacé</p>	<p><b>Soupe</b> : Tomates et coquillettes ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Spaghetti à la sauce à la viande et salade César</p> <p><b>Repas 2</b> : Saucisse campagnarde, pommes de terre au four, carottes ou salade César</p> <p><b>Dessert</b> : Salade de fruits</p>	<p><b>Soupe</b> : Potage Saint-Germain ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Burger de poulet, pommes de terre grecques et salade de chou</p> <p><b>Repas 2</b> : Chili végétarien et riz</p> <p><b>Dessert</b> : Compote de pommes</p>	<p><b>Semaine 3</b> 28 août 25 septembre 23 octobre 20 novembre 18 décembre 15 janvier 12 février 11 mars 8 avril 6 mai 3 juin</p>
<b>Jeudi</b>	<p><b>Soupe</b> : Poulet et vermicelles ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Braisé de bœuf aux légumes racines et pommes de terre en purée</p> <p><b>Repas 2</b> : Pizza végétarienne et salade César</p> <p><b>Dessert</b> : Jello aux fruits</p>	<p><b>Soupe</b> : Potage aux légumes verts ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Lasagne gratinée sauce à la viande et salade César</p> <p><b>Repas 2</b> : Bœuf au paprika, nouilles aux œufs et salade César</p> <p><b>Dessert</b> : Pouding au chocolat</p>	<p><b>Soupe</b> : Crème de poulet ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Pizza végétarienne et salade jardinière</p> <p><b>Repas 2</b> : Filet de sole au citron, pois, carottes et pommes de terre rissolées</p> <p><b>Dessert</b> : Jello aux fruits</p>	<p><b>Soupe</b> : Velouté de poulet ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Quiche au brocoli et gruyère, pommes de terre et salade du marché</p> <p><b>Repas 2</b> : Macaroni à la viande et salade du marché</p> <p><b>Dessert</b> : Jello aux fruits</p>	<p><b>Semaine 4</b> 4 septembre 2 octobre 30 octobre 27 novembre 22 janvier 19 février 18 mars 15 avril 13 mai 10 juin</p>
<b>Vendredi</b>	<p><b>Soupe</b> : Crème aux légumes verts ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Panini à la dinde, salade de maïs et croustilles de légume au four</p> <p><b>Repas 2</b> : Fricadelle de saumon, riz brun et macédoine italienne</p> <p><b>Dessert</b> : Galette à l'avoine</p>	<p><b>Soupe</b> : Velouté de poulet ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Pâté de saumon à l'aneth, quartiers de pomme de terre et salade du jour</p> <p><b>Repas 2</b> : Riz au poulet et légumes</p> <p><b>Dessert</b> : Pêches au jus</p>	<p><b>Soupe</b> : Potage au brocoli ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Sloppy Joe, salade de carottes et choux et pommes de terre rissolées</p> <p><b>Repas 2</b> : Pilon de poulet BBQ, riz et légumes</p> <p><b>Dessert</b> : Yogourt</p>	<p><b>Soupe</b> : Pois ou jus de légumes</p> <p><b>Repas 1</b> : Longe de morue, pommes de terre vapeur et brocolis</p> <p><b>Repas 2</b> : Poulet thaï aux légumes, rouleau impérial et riz</p> <p><b>Dessert</b> : Pouding à la vanille</p>	

Chaque repas complet comprend : un plat principal, les accompagnements, des crudités et un breuvage.

**\*Attention : en complément au repas principal, l'enfant devra choisir (1) entre : la soupe, le jus de légumes ou le dessert. Il ne sera pas possible de combiner ces trois items.**

Pour les enfants présentant des allergies alimentaires, il est de la responsabilité du parent de s'assurer que le menu convient à leur enfant.

CARTE-REPAS (10 repas) : 75 \$ (repas complet) /COUPONS DE CAFÉTÉRIA (20 coupons) (soupe, dessert ou breuvage) : 20 \$/REPAS AVANCÉ : 8,50 \$