

Menu du jour école du Triolet et Centre 24 juin  
de la commission scolaire de la région de Sherbrooke



SEMAINE 1					
Semaines du 2 septembre, 30 septembre, 28 octobre, 25 novembre 2019 6 janvier, 3 février, 9 mars, 6 avril, 4 mai et 1er juin 2020					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe aux légumes	Crème de courges	Soupe bœuf et orge	Crème de champignons	Soupe tomate et légumes
ASSIETTE PRINCIPALE 1	<b>Tortilla végétarien à la mexicaine</b> (Haricots rouges, tofu, tomates et fromage) (Salade de maïs)	<b>Poulet louisianais</b> (Haut de cuisse de poulet et sauce BBQ) (Riz aux légumes et brocoli)	<b>Burger de saumon pomme et érable</b> (Salade de chou et pommes de terre rissolées)	<b>Boulettes suédoises</b> (Porc et bœuf) (Pâtes à l'ail et légumes du jour)	<b>Hot chicken</b> (Sandwich chaud au poulet avec sauce brune) (Petits pois et purée de pommes de terre)
ASSIETTE PRINCIPALE 2	<b>Quiche sans croûte</b> (Fromage et épinards) (Pomme de terre en purée, salade verte et vinaigrette italienne)	<b>Salade tiède au porc Teriyaki</b> (Salade de légumes cuits avec riz, filet de porc et sauce teriyaki)	<b>Poulet à l'italienne gratiné</b> (Sauce tomate, fines herbes et fromage) (Riz et duo de courgettes)	<b>Pizza à la saucisse</b> (Pita, saucisse, sauce tomate, poivrons, oignons, fromage) (Salade jardinière)	<b>Lasagne bolognaise</b> (Porc et bœuf) (Salade César)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau au chocolat	Croustade aux pommes	Yogourt du jour	Gâteau aux épices à l'orange
SEMAINE 2					
Semaines du 9 septembre, 7 octobre, 4 novembre, 2 décembre 2019 13 janvier, 10 février, 16 mars, 13 avril, 11 mai et 8 juin 2020					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Potage de carottes	Soupe du jour	Crème de poulet	Soupe asiatique	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE 1	<b>Tortellinis 3 couleurs au fromage sauce rosée</b> (Mélange jardinier et salade ranch)	<b>Burrito au bœuf</b> (Tortilla, bœuf, haricots, tomates, poivrons et fromage) (Riz mexicain)	<b>Pain de veau et tomates</b> (Purée de pommes de terre et haricots verts)	<b>Burger de poulet maison</b> (Petites pommes de terre au four et salade)	<b>Macaroni à la viande</b> (Porc et bœuf) (Brocoli)
ASSIETTE PRINCIPALE 2	<b>Brochette de tofu Général Tao</b> (Vermicelles de riz et mélange jardinier)	<b>Poke bol au poulet</b> (Plat à base de riz, poulet, légumes et sauce au sésame) (Riz et légumes thaïs)	<b>Gratin de jambon et pommes de terre</b> (Carottes juliennes)	<b>Chili Western</b> (Porc et bœuf) (Fromage, croustilles de pitas et salade)	<b>Inspiration du chef ou Lanières de poulet au four</b> (Duo de salades)
DESSERT	Compote de pommes	Pain aux bananes et mélasse	Crème aux petits fruits	Salade de fruits	Gâteau aux pommes, carottes et noix de coco
SEMAINE 3					
Semaines du 16 septembre, 14 octobre, 11 novembre, 9 décembre 2019 20 janvier, 17 février, 23 mars, 20 avril et 18 mai 2020					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe tomate et orge	Crème de céleri	Soupe poulet et nouilles	Potage de légumes	Soupe tomate et riz
ASSIETTE PRINCIPALE 1	<b>Curry de pois chiches</b> (Tomates, lait de coco, cari, cumin) (Riz)	<b>Pâté chinois</b> (Porc et bœuf) (Betteraves ou crudités)	<b>Jambon à l'érable</b> (Pommes de terre bouillies et légumes du jour)	<b>Penne au poulet Alfredo</b> (Brocoli)	<b>Pâté au saumon</b> (Sauce aux œufs et mélange jardinier)
ASSIETTE PRINCIPALE 2	<b>Salade de pâtes à la grecque</b> (Concombres, tomates, poivrons, oignons, olives noires, vinaigrette, fromage feta, tofu)	<b>Pizza au poulet BBQ</b> (Pita, sauce BBQ, poulet, oignons, poivrons, fromage) (Salade de chou et carottes)	<b>Cigare au bœuf et porc étagé</b> (Fèves vertes)	<b>Hamburger steak</b> (Purée de pommes de terre et pois verts)	<b>Petit pain mexicain à la viande</b> (Porc et bœuf) (Salade verte et vinaigrette italienne)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau à la vanille	Pain aux zuchinis et chocolat	Carré aux fruits	Dessert surprise
SEMAINE 4					
Semaines du 23 septembre, 21 octobre, 18 novembre, 16 décembre 27 janvier, 24 février, 30 mars, 27 avril et 25 mai 2020					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Crème de brocoli	Soupe aux légumes	Potage du chef	Soupe bœuf et nouilles	Crème de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE 1	<b>Macaroni aux tomates et au fromage en grains</b> (Salade verte et vinaigrette italienne)	<b>Poulet grillé à l'érable</b> (Riz et légumes du jour)	<b>Porc teriyaki style sauté</b> (Riz et légumes thaïs)	<b>Wrap au poulet multigrains croustillant</b> (Duo de salades)	<b>Spaghetti sauce à la viande</b> (Porc et bœuf) (Salade César)
ASSIETTE PRINCIPALE 2	<b>Pizza aux légumes</b> (Pita, vinaigrette César, sauce tomates, tomates, épinards, olives noires et fromages) (Salade jardinière)	<b>Pain de viande au fromage</b> (Porc et bœuf) (Pommes de terre bouillies et brocoli)	<b>Poivrons farcis au bœuf</b> (Riz et salade verte)	<b>Casserole de veau</b> (Veau, sauce brune, crème sûre, champignons, oignons et minilasagne) (Légumes jardiniers)	<b>Burrito au porc fumé et sauce BBQ</b> (Riz aux légumes)
DESSERT	Biscuit à l'avoine	Carré aux dattes	Bagatelle	Gâteau aux petits fruits	Yogourt du jour
BOISSON	Eau, jus 200 ml ou lait 2 % 200 ml				

1 assiette 5.00\$

1 repas complet 6.00\$

1 carte 10 repas 57.00\$