

Menu du jour 2020-2021

des écoles Du Phare et Centre St-Michel du Centre de services scolaire de la Région-de-Sherbrooke



<b>SEMAINE 1</b> <b>Semaines du 31 août, 28 septembre, 26 octobre, 23 novembre 2020</b> <b>4 janvier, 1er février, 8 mars, 5 avril, 3 mai et 31 mai 2021</b>					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe au chou	Potage de lentilles	Soupe bœuf et orge	Crème de légumes	Soupe poulet et nouilles
ASSIETTE PRINCIPALE	Pizza aux légumes (Pita, vinaigrette César, sauce tomates, tomates, épinards, olives noires et fromages) (Salade jardinière)	Poulet louisianais (Hauts de cuisse de poulet et sauce BBQ) (Riz aux légumes et brocoli)	Burritos au bœuf (Tortilla, bœuf, haricots, tomates, poivrons et fromage) (Riz mexicain)	Hot chicken (Sandwich chaud au poulet avec sauce brune) (Petits pois et purée de pommes de terre)	Casserole de veau (Veau, sauce brune, crème sûre, champignons, oignons et mini-lasagne) (Légumes jardiniers)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau au chocolat	Croustade aux pommes	Yogourt du jour	Gâteau aux épices à l'orange
<b>SEMAINE 2</b> <b>Semaines du 7 septembre, 5 octobre, 2 novembre et 30 novembre 2020</b> <b>11 janvier, 8 février, 15 mars, 12 avril, 10 mai et 7 juin 2021</b>					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Potage de carottes	Soupe du jour	Crème de céleri	Soupe asiatique	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Brochette de tofu Général Tao (Vermicelles de riz et mélange jardinier)	Poulet à l'italienne (Poulet avec sauce tomates, fines herbes, gratiné au fromage) (Riz et duo de courgettes)	Pain de veau et tomates (Purée de pommes de terre et haricots verts)	Macaroni à la viande (Bœuf) (Brocoli)	Poke bol au poulet (Plat à base de riz, poulet, légumes et sauce au sésame) (Riz et légumes thaïs)
DESSERT	Compote de pommes	Pain aux bananes et mélasse	Crème aux petits fruits	Salade de fruits	Gâteau aux pommes, carottes et coco
<b>SEMAINE 3</b> <b>Semaines du 14 septembre, 12 octobre, 9 novembre, 7 décembre 2020</b> <b>18 janvier, 15 février, 22 mars, 19 avril et 17 mai 2021</b>					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe tomate et orge	Crème de poulet	Soupe bœuf et nouilles	Potage de légumes	Soupe tomate et riz
ASSIETTE PRINCIPALE	Salade de pâtes et tofu à la grecque (Pâtes, fromage feta tofu, concombres, tomates, poivrons, oignons, olives noires et vinaigrette)	Poulet grillé à l'érable (Riz et légumes du jour)	Pizza au poulet BBQ (Pita, sauce BBQ, poulet, oignons, poivrons, fromage) (Salade de chou et carottes)	Hamburger steak (Purée de pommes de terre et pois verts)	Penne au poulet Alfredo (Brocoli)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau à la vanille	Pain aux zucchini et chocolat	Carré aux fruits	Dessert surprise
<b>SEMAINE 4</b> <b>Semaines du 21 septembre, 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre 2020</b> <b>25 janvier, 22 février, 29 mars, 26 avril et 24 mai 2021</b>					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Crème de brocoli	Soupe bœuf et riz	Potage du chef	Soupe poulet et riz	Crème de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Tortellinis 3 couleurs sauce rosée (Mélange jardinier et salade ranch)	Pâté chinois (Betteraves)	Burger de poulet maison (Petites pommes de terre au four et salade)	Spaghetti sauce à la viande (Porc et bœuf) (Salade César)	Pâté au saumon (Sauce aux œufs et légumes du jour)
DESSERT	Biscuit à l'avoine	Carré aux dattes	Pouding au pain	Gâteau aux petits fruits	Yogourt du jour
BOISSON	Jus 200 ml, lait 2 % 200 ml ou eau				
Chaque jour une variété de sandwiches, salades, fruits, muffins et autres collations sont disponibles.					
Modes de paiement acceptés : argent comptant, débit et carte rechargeable à <a href="http://lanielstlaurent.ca">lanielstlaurent.ca</a>					

L'assiette 5,35 \$ / Le repas complet 6,45 \$ / La carte-repas 60,00 \$ pour 10 repas complets