

Cafétéria : Élémentaire Sacré-Coeur 2022-2023



Menu

| | | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--|--|---|--|---|---|---|
| SEMAINE 1 | 6 septembre 3 et 31 octobre 28 novembre 9 janvier 6 février 6, 13 mars 10 avril, 8 mai et 5 Juin | Taco bœuf haché, salade verte ou crudités | Spaghetti italien, et crudités | Boulettes de viande, patates pilées et légumes | Pizza, salade césar ou crudités | Guédille au poulet « chicken roll », Salade tourelle et crudités |
| | 12 septembre 10 octobre 7 novembre 5 décembre 16 janvier, 13 février 20 mars, 17 avril 15 mai et 12 juin | Jambon, patates au four et légumes | Pâté chinois et salade de chou | Macaroni gratiné au jus de tomate et bœuf haché et légumes | Burger au poulet et salade césar ou légumes | Ragoût de poulet, petit pain ou ployes et crudités |
| | 19 septembre 17 octobre 14 novembre 12 décembre 23 janvier, 20 février 27 mars, 24 avril 22 mai et 19 juin | Lasagne et légumes | Crêpe, œufs brouillés et fruits frais | Spaghetti italien et salade verte | Sandwich au fromage grillé et soupe | Lanières de poulet ail et miel, riz et légumes |
| | 26 septembre 24 octobre 21 novembre 19 décembre 30 janvier 27 février 3 avril, 1 et 29 mai | Pâté chinois et salade de chou | « Hamburger », frites maison et crudités | Ragoût de poulet, petit pain ou ployes et crudités | Pain doré, jambon et fruits frais | « Pizza sub » patates en cubes et crudités |
| 2 ^e CHOIX SOUPE ET SANDWICH | Soupe : | Riz-poulet-légumes | Alphabet-Légumes Jus de tomates | Légumes viande | Riz-tomates et légumes | Nouilles, poulet et légumes |
| | Sandwich : | Rondelle à la viande Oeufs | Poulet Oeufs | Jambon Fromage | Poulet Oeufs | Jambon Fromage |

Desserts santé
2 choix par jour

Yogourt
Fruits frais : pomme, orange,
kiwi
Muffin santé

Fruits : cantaloup, raisin, melon
miel
Carrés aux dattes ou autres
fruits
Pouding au lait
Croustillant aux fruits
Biscuits: gruau, banane,
citrouille
Gâteaux : fruit, carotte,
pomme, citrouille

Collations et breuvages
Au moins 2 choix par jour

| | |
|---|--------|
| Bouteille d'eau | 1.00\$ |
| Biscuit graham | 0.50\$ |
| Carottes et céleri | 0,50\$ |
| Trempeuse pour légumes | 0.25\$ |
| Fromage (rectangle) | 0,75\$ |
| Fruits (raisin, pomme, orange) | 0.75\$ |
| Craquelins (poissons au fromage) | 0,50\$ |
| ½ bagel ordinaire | 0,75\$ |
| Craquelins à grains entiers avec salsa | 0,75\$ |
| Parfait yogourt avec fruit | 0.75\$ |
| Breton aux légumes | 0.75\$ |



Dîner spécial pour la fête de : Halloween (31 octobre), Noël (21 décembre), St-Valentin (14 février), Pâques (6 avril)
PRIX : 4,50\$ (Passe (recommandée) 10 repas= 45,00\$) 2^e assiette= 1,00\$
NOTE : 1 repas comprend : plat principal, dessert santé et breuvage (lait ou jus 100% pur)
Déjeuners gratuits (gruau, céréales, rôtie, lait, jus)