



Liste de prix 2022-2023

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
<b>SOUPES ou POTAGES</b>		Du jour	Du jour	Du jour	Du jour	Du jour	
<b>REPAS FROIDS</b>		Disponibles tous les jours parmi les choix suivants :	# 1 Salade César au poulet et fromage ♥ pain pita	# 2 Assiette de pain naan et houmous Crudités	# 3 ♥ Sandwich Salade de poulet, œufs, thon ou jambon Crudités et trempette	# 4 Salade du chef Poulet, thon ou jambon sur lit de laitue, légumes et œuf cuit dur	
<b>REPAS CHAUDS</b>							
<b>Semaine du :</b>	Semaine 1		Filet de poisson ♥ Couscous aux fines herbes Jardinière de légumes	Galette de bœuf Sauce brune Pommes de terre en purée Maïs en grains	♥ Pennes (Contient des protéines de soya) Légumes du jour	♥ Croque-jambon Salade d'orzo et de légumes	Croquettes de poulet (5) (Multigrains) Riz pilaf Macédoine
	29 août	30 janv.					
	1 oct.	13 mars					
	7 nov.	17 avril					
	12 déc.	22 mai					
	Semaine 2		Bol de chili (Contient des protéines de soya) Salade de maïs	Linguines Sauce rosée au tofu soyeux Brocoli	Pâté chinois Concombres	♥ Spaghetti Salade César	Burger au poulet Salade jardinière
	5 sept.	6 févr.					
	10 oct.	20 mars					
	14 nov.	24 avril					
	19 déc.	29 mai					
Semaine 3		Souvlaki de porc Pain pita Salade concombres et tomates	♥ Fajita au poulet (Laitue, tomate, fromage, salsa)	Assiette mexicaine (Haricots rouges, bœuf, croustilles de maïs, laitue, olives, tomates, fromage et salsa)	♥ Fusillis Sauce à la viande Salade d'épinards	Pizza au fromage Salade mesclun	
13 sept.	13 févr.						
17 oct.	27 mars						
21 nov.	1 mai						
9 janv.	5 juin						
Semaine 4		Bouchées de poisson croustillantes Riz Légumes du jour	♥ Macaroni gratiné Légumes du jour	Poulet barbecue Sauce barbecue Pommes de terre grecques Salade de chou	<u>Brunch</u> Jambon à l'érable Pommes de terre rissolées Petite crêpe, fruits	Burger de bœuf Salade méditerranéenne (Laitue, tomate, concombre, olives)	
19 sept.	20 févr.						
24 oct.	3 avril						
28 nov.	8 mai						
16 janv.	12 juin						
Semaine 5		Poulet sauce aigre-douce Riz basmati Salade d'épinards	Boulettes de viande (bœuf) Pommes de terre en purée Légumes à l'orientale	Saucisses de veau (3) Purée aux deux pommes de terre Haricots verts	♥ Spaghetti Salade César	Pizza au fromage sur pain pita grec Salade de légumes	
26 sept.	6 mars						
31 oct.	10 avril						
5 déc.	15 mai						
23 janv.	19 juin						
<b>DESSERTS</b> Assiette de fruits disponible tous les jours		Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	Dessert du jour	

**Repas complet :**

**Plat principal :**

Assiette seulement (chaud ou froid) 5,75 \$

2 articles 6,50 \$

Plat principal chaud ou froid et un article parmi les suivants : soupe, boisson ou dessert

3 articles 7,00 \$

Plat principal chaud ou froid et deux articles parmi les suivants : soupe, boisson ou dessert

4 articles 7,50 \$

Plat principal chaud ou froid, la soupe, le choix d'une boisson et d'un dessert.

**Sandwichs :**

- Œufs, fromage 3,25 \$
- Jambon, poulet, thon 3,25 \$
- Salade garnie ou César (250 mL) 2,50 \$
- Crudités et trempette 2,25 \$

**Compléments :**

- Soupe et craquelins (225 mL) 1,75 \$
- Jus de tomate ou V8 (200 mL) 1,50 \$
- Jus de fruits, 100 % pur (200 mL) 1,50 \$
- Eau « contenant tétrapack » (200 mL) 1,50 \$
- Lait 2 % (200 mL) 1,50 \$
- Raisins (70 g) et fromage (30 g) 2,25 \$
- Dessert du jour 1,50 \$
- Muffin ou galette à l'avoine 1,50 \$
- Assiette de fruits ou fruit entier 1,50 \$
- Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube 1,50 \$
- Pouding au lait (175 mL) 1,50 \$
- Bâtonnet de fromage 1,50 \$
- Ensemble de trois ustensiles réutilisables 3,00 \$

Responsable : Laurence Loyer

[info@lamarmiteasaveurs.com](mailto:info@lamarmiteasaveurs.com)

Mise à jour : 9 juin 2022

♥ aliments de blé entier ou à grains entiers

Par souci de l'environnement durable, nous encourageons les parents à fournir des ustensiles réutilisables à leurs enfants, même s'ils utilisent le service de la cantine. Merci !

Bon appétit !