

Menu du jour 2021-2022  
Écoles secondaires du Centre de services des Hautes Rivières



10 nouveaux menus à essayer !

SEMAINE 1	30 août, 27 septembre, 25 octobre, 22 novembre, 20 décembre, 3 janvier, 31 janvier, 7 mars, 4 avril, 2 mai, 30 mai				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Minestrone	Crème de légumes	Soupe au chou	Crème de courge	Soupe bœuf et orge
ASSIETTE PRINCIPALE	Tortellinis 3 couleurs sauce rosée (salade)	Poulet à l'italienne (riz et duo de courgettes)	Casseroles de veau (légumes jardiniers)	Poulet shish taouk (riz et salade)	Filet de poisson multigrains (pommes de terre en cubes et carottes)
DESSERT	Salade de fruits	Gâteau au chocolat	Croustade aux pommes	Yogourt du jour	Gâteau aux épices à l'orange
SEMAINE 2	6 septembre, 4 octobre, 1er novembre, 29 novembre, 10 janvier, 7 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai et 6 juin				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Crème de céleri	Tomate et riz	Potage de carottes	Soupe poulet et nouilles	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Lasagne crémeuse aux légumes	Boulettes suédoises (bœuf) (pâtes à l'ail et carottes juliennes)	Pilons de poulet BBQ (patate et salade)	Burritos au bœuf (riz mexicain)	Spaghetti sauce à la viande (porc et bœuf) (salade César)
DESSERT	Compote de pommes	Pain aux bananes et mélasse	Tartelette au citron	Pouding au chocolat	Gâteau à la vanille
SEMAINE 3	13 septembre, 11 octobre, 8 novembre, 6 décembre, 17 janvier, 14 février, 21 mars, 18 avril, 16 mai				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Soupe paysanne	Crème de tomates	Soupe poulet et riz	Crème de légumes	Soupe au bœuf et nouilles
ASSIETTE PRINCIPALE	Frittata méditerranéenne (riz et salade)	Penne au poulet Alfredo (brocoli)	Pâté au saumon (sauce aux œufs et légumes jardiniers)	Riz TEX-MEX au bœuf (salade)	Bâtonnets de poulet croustillants (crudités et salade de macaroni)
DESSERT	Salade de fruits	Carré à la gelée de fruits et yogourt	Pouding chômeur	Croustillant aux fruits	Gâteau aux carottes
SEMAINE 4	20 septembre, 18 octobre, 15 novembre, 13 décembre, 24 janvier, 21 février, 28 mars, 25 avril, 23 mai				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
POTAGE	Crème de brocoli	Soupe tomate et légumes	Crème de poulet	Soupe bœuf et riz	Potage de légumes
ASSIETTE PRINCIPALE	Chili végétarien (pain naan et brocoli)	Pâté au poulet (salade)	Porc teriyaki style sauté (riz et légumes thaïs)	Pain de viande au fromage (patate et brocoli)	Inspiration au gré des saisons
DESSERT	Pouding vanille	Gâteau aux petits fruits	Tartelette aux fraises	Carré aux dattes	Dessert du moment
BOISSON	Jus 200 ml, lait 2 % 200 ml ou eau de source 200ml				



50% et plus de ce mets est composé d'aliments du Québec ou transformés au Québec

Modes de paiement acceptés : argent comptant, débit et carte rechargeable à lanierstlaurent.ca