







Menu École secondaire Augustin-Norbert-Morin 2022-2023



		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du :						
29 août 26 sept. 24 oct. 21 nov. 19 déc.	30 janv. 6 mars 3 avril 1 mai 29 mai	Soupe Won-Tong	Soupe tomate et riz	Soupe Minestrone	Velouté de poulet	Crème de maïs
		 Général Tao au poulet ou tofu, riz et légumes	Boulette de bœuf à l'italienne sauce tomate, riz aux légumes et carottes glacées	Sauté de poulet thaï aux poivrons 3 couleurs, oignons verts, vermicelles de riz	Filet de porc pesto couscous et légumes du marché	Sauté de tofu grillé aux fines herbes riz jasmin, légumes grillés
		Bol poké	Pâtes	Sous-marins	Wrap tempeh, laitue, tomate et houmous	Pizzas nuancées
5 sept. 3 oct. 31 oct. 28 nov. 9 janv.	6 janv. 13 mars 10 avril 8 mai 5 juin	Crème de maïs	Soupe aux pois	Soupe orges et légumes	Soupe Ramen	Velouté de légumes
		 Assiette soleil Poulet ou bœuf, fromage tex-Mex, haricots rouges, maïs, salsa et croustilles de maïs	Crêpe jambon, fromage et légumes	Paté chinois lentilles, maïs, purée de pommes de terres douces	Assiette chinoise riz frit au poulet, légumes, pâtés impériaux aux légumes	Croissant au thon céleri, pommes canneberges
		Bol poké	Pâtes	Sous-marins	Wrap tempeh, laitue, tomate et houmous	Pizzas nuancées
12 sept 10 oct 7 nov 5 déc 16 janv	13 fév. 20 mars 17 avril 15 mai 12 juin	Soupe grecque aux courgette et au citron grecque	Velouté de chou-fleur	Soupe tortellinis	Crème de maïs	Soupe de patates douces et cari
		 Pita slouvaki de tofu à la grecque , sauce tzatziki, salade grecque	Filet de sole riz basmati et légumes enseoleillés	Burger de poulet bâtonnets de patates douces et mayonnaise épicée	Quessadillas mexicain aux haricots noirs salade du chef	Hot-dog de tofu frites de patates douces et salade de chou
		Bol poké	Pâtes	Sous-marins	Wrap tempeh, laitue, tomate et houmous	Pizzas nuancées
19 sept. 17 oct. 14 nov. 12 déc. 23 janv.	20 fév. 27 mars 24 avril 22 mai 19 juin	Soupe aux lentilles et carottes	Velouté de brocoli et cheddar	Soupe à l'oignons	Soupe poulet et riz	Crème de carottes
		 Falafel taboulé et houmous	Filet de poisson couscous et légumes du jour	Boulettes suédoises au bœuf, purée de pommes de terres et carottes	Poulet au beurre riz et légumes	Lasagne salade céasar et petit pain de blé entier
		Bol poké	Pâtes	Sous-marins	Wrap tempeh, laitue, tomate et houmous	Pizzas nuancées

CARTES REPAS DISPONIBLES
10 REPAS POUR 70 \$
20 REPAS POUR 135 \$