

Menu du service alimentaire 2011-2012

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
<i>Semaine I servi les 22/08, 26/09, 07/11, 12/12, 30/01, 12/03, 23/04, 28/05</i>									
Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2
Soupe boeuf et alphabets		Soupe volaille et riz		Soupe marocaine aux lentilles et pâtes		Soupe aux légumes d'antan		Crème de brocolis	
Bouchées au poulet	Crêpes farcies de chaudière de poisson à l'aneth	Steakette de veau, sauce Mornay, couscous, bouquets de brocoli	Gratin de saucisses maison, sauce rosée	Pilons de poulet BBQ	Longe de porc aigre-doux	Plumes, sauce à la viande	Ragoût de bœuf jardinière	Pizza au veau ou végétarienne	Poivron farci, pilaf de quinoa
Riz, légumes du soleil levant				Riz persillé, pois et carottes juliennes					
Poules ou yogourt		Pouding au caramel ou yogourt		Croustade aux pommes ou yogourt		Muffin aux bananes ou yogourt		Galette à l'avoine ou yogourt	
<i>Semaine II servi les 29/08, 03/10, 14/11, 19/12, 06/02, 19/03, 30/04, 04/06</i>									
Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2
Soupe bœuf et coquilles		Soupe poulet et vermicelles de blé		Crème de tomates		Soupe aux légumes taillés		Crème jardinière	
Pain de volaille, sauce veloutée	Tilapia au beurre citronné	Boulettes (veau) pirate	Omelette au fromage suisse ^v	Doigts de poulet à l'italienne	Chili con carne	Macaroni au bœuf	Wrap au poulet et légumes, salade sud-ouest	Burger de bœuf sur pain au sésame	Cannelloni Trattoria
Riz mexicain, légumes du jour				Pommes de terre croustillantes, pois					
Mousse aux framboises ou yogourt		Salade de fruits frais ou yogourt		Crème pâtissière, coulis de fraises ou yogourt		Gâteau aux pommes ou yogourt		Carré aux dattes ou yogourt	
<i>Semaine III servi les 05/09, 10/10, 21/11, 09/01, 13/02, 26/03, 07/05, 11/06</i>									
Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2
Soupe bœuf et orge		Soupe poulet et alphabets		Soupe minestrone		Soupe tonkinoise		Potage paysan	
Brochette de poulet	Filet de poisson aux tomates séchées	Côtelettes de porc express	Croquette de saumon Sockeye aux légumes et salsa	Pilons de poulet à l'orientale	Pain de viande (veau)	Tortellinis mignons au fromage, sauce marinara ^v	Pizza à saveur de côtes levées et légumes grillés	Sous-marin chaud	Rôti haut de surlonge de bœuf (AA) au jus, pommes de terre aux légumes
									Riz pilaf, haricots verts et juliennes de carottes
Pêches ou yogourt		Pouding au chocolat ou yogourt		Gelée de fruits purs ou yogourt		Biscuit brisures de chocolat ou yogourt		Renversé à l'ananas ou yogourt	
<i>Semaine IV servi les 12/09, 17/10, 28/11, 16/01, 20/02, 02/04, 14/05, 18/06</i>									
Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2
Soupe bœuf et alphabets		Soupe méditerranéenne		Soupe aux choux chinois		Potage Crécy		Velouté maraîcher	
Casserole de poisson gratiné	Lanières de porc au gingembre, riz	Galette de bœuf lyonnaise	Omelette western	Kofta de dinde glacé, sauce hoïsing	Tourte à la tomate et au brie ^v	Macaronis, sauce à la viande	Calzone au jambon et fromage, salade de choux aux trois couleurs	Tortillas au veau	Shish taouk, pita, hummus, riz
									Macédoine de légumes
Compote de pommes ou yogourt		Fruits nappés, coulis de fraises ou yogourt		Douceur au citron ou yogourt		Pavé aux pommes ou yogourt		Muffin aux carottes ou yogourt	

Semaine V servi les 19/09, 24/10, 05/12, 23/01, 27/02, 16/04, 21/05									
Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2	Choix 1	Choix 2
Soupe bœuf et orge		Soupe poulet et vermicelles de blé		Soupe mexicaine aux tomates		Soupe thaïlandaise		Crème de volaille	
Filet de sole pané	Poulet à l'orange	Pâté chinois	Porc aux pommes et pommes de terre en purée, carottes	Pilons de poulet croustillants	Boulettes suédoises	Rotinis de blé, sauce napolitaine ^v	Escalope de porc farcie et sa purée d'automne	Dog dinde	Feuilleté au bœuf
Riz, haricots verts, maïs				Riz pilaf, macédoine du jardinier				Pommes de terre coupe Pont Neuf, salade de chou	
Ananas ou yogourt		Bananes au caramel ou yogourt		Gâteau salade de fruits ou yogourt		Mille feuilles au graham ou yogourt		Biscuits tournesol ou yogourt	

Tous les menus complets sont accompagnés d'un breuvage (berlingot de lait pour le préscolaire et le primaire; jus ou bouteille d'eau ou berlingot de lait pour le secondaire et les employés), d'un petit pain de blé entier et d'un choix de fruits frais et de crudités.

V : Plat végétarien

Notre mission : Notre mission est d'offrir, à un juste prix, un menu varié, composé d'aliments à valeur nutritive élevée, basé sur les recommandations **du Guide alimentaire canadien pour manger sainement** et de la **Politique cadre pour le virage santé dans les écoles**, tout en respectant les goûts et les préférences de la clientèle étudiante, et ce, avec un service rapide et courtois dans une atmosphère conviviale.

Allergies : La copie du menu identifiant les allergies, est affichée sur le site web du collège sous l'onglet → Documents → Trousse primaire ou Trousse secondaire → menu allergies 2011-2012. Prenez note que pendant l'année scolaire, des changements au menu pourraient survenir, et ce, sans préavis. Vérifier régulièrement la version électronique affichée et mise à jour sur notre site web.

Nous sommes conscients des conséquences graves que peuvent causer les allergies alimentaires. Voilà pourquoi nous avons supprimé les noix et les fruits de mer de notre menu. Cependant, il est possible que nos ingrédients de base contiennent des traces de noix. Pour toutes les allergies et les intolérances alimentaires, seuls les clients inscrits comme "réguliers" à la cafétéria auront droit à un substitut de repas ou de breuvage. Les clients occasionnels devront tenir compte du menu affiché. Le service alimentaire du Collège décline toute responsabilité face à d'éventuelles réactions allergiques. Pour les cas plus sévères s'il vous plaît communiquer avec le directeur du service alimentaire avant d'inscrire l'élève au service alimentaire régulier.

Notes : Dans le but de faciliter le service aux élèves de la maternelle, ces derniers recevront automatiquement le choix 1 du menu, sans la soupe, afin de favoriser une plus grande consommation de légumes et de fruits frais. Pour accélérer la prise de décision dans le choix de menu et afin que tous puissent avoir suffisamment de temps pour dîner, nous demandons aux élèves de faire leur choix de menu du jour avant de se rendre à la cafétéria.

Heures de service au primaire (cafétéria)

P4, P5 et P6 : 11 h 30

Maternelle : 12 h 10

P1, P2 et P3 : 12 h 15

Heures de service au secondaire (agora)

Déjeuner : 8 h 15 à 8 h 35

Récréation : 10 h 15 à 10 h 30

Repas chaud : 12 h à 13 h

Récréation : 14 h 30 à 14 h 45

Heures de service aux employés (salon des employés)

En continu : 11 h 20 à 13 h 30