

Année scolaire/ school year 2024-2025

Weekly Menu

	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
SOUPE / SOUP	Soupe aux légumes <i>Vegetable soup</i>	Soupe au poulet et coquilles <i>Chicken and noodle soup</i>	Potage de courge et cari <i>Squash and curry soup</i>	Minestrone méditerranéenne <i>Mediterranean Minestrone</i>	Potage du marché <i>Market vegetable soup</i>
PLAT DU CHEF / CHEF'S PLATE	Lanières de poulet teriyaki <i>Chicken strips Teriyaki</i> ou Lanières végétariennes teriyaki <i>or Vegetarian strips Teriyaki</i>	Spaghettis, sauce à la viande <i>Spaghetti with meat sauce</i>	Tacos souples au poisson tikka <i>Soft tacos with Tikka fish</i>	Filet de porc, sauce bordelaise <i>Pork tenderloin with Bordelaise sauce</i>	Sandwich au poulet chaud <i>Hot chicken sandwich</i>
LÉGUME / VEGETABLE	Carottes persillées <i>Carrots with parsley</i>	Fleurettes de brocoli <i>Broccoli florets</i>	Mélange Romanesco <i>Romanesco blend</i>	Mélange Jardinière (haricots et carottes) <i>Prince Edward vegetable blend (beans and carrots)</i>	Pois verts <i>Sweet peas</i>
SALADE / SALAD	Salade du chef <i>Chef's salad</i>	Salade César <i>Caesar salad</i>	Salade verte <i>Green salad</i>	Salade de légumes croquants <i>Crunchy vegetable salad</i>	Salade de chou classique <i>Classic coleslaw</i>
ACCOMPAGNEMENT / SIDE	Couscous <i>Couscous</i>	-	Pommes de terre aux fines herbes <i>Potatoes with fine herbs</i>	Risotto d'orge <i>Barley risotto</i>	Purée de pommes de terre <i>Mashed potatoes</i>
DESSERT DU JOUR / DAILY DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. / <i>Fruit, fruit-based desserts or milk-based desserts, or baked desserts (preferably with whole grain cereals) are offered every day and included each day with the full meal.</i>				
BOISSON / BEVERAGE	Lait ou jus de fruits pur à 100 %. / <i>Milk or 100% pure fruit juice.</i>				
À LA CARTE	Sélection de pizzas : pepperoni de dinde et fromage, bacon de dinde, fromage / <i>Choice of pizza : turkey pepperoni and cheese, turkey bacon, cheese.</i> Les mets suivants sont offerts chaque jour: sandwichs roulés, sélection de paninis (bœuf, poulet ou porc), sélection de salades d'accompagnement (pâtes, grecque, César, etc.), fruits et fromage, sandwichs en pointe. <i>The following menu items are offered every day: wraps, variety of paninis (beef, chicken or pork), variety of small salads (pasta, Greek, Caesar, etc.), fruit and cheese, wedge sandwiches.</i>				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 2 septembre, 7 octobre, 11 novembre, 16 décembre 2024; 3 février, 17 mars, 21 avril, 26 mai 2025. <i>Weeks beginning on: September 2nd, October 7th, November 11th, December 16th 2024; February 3rd, March 17th, April 21st, May 26th 2025.</i>				

Année scolaire/ School year 2024-2025

Weekly Menu

SEMAINE 2 / WEEK 2	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
SOUPE / SOUP	Soupe au poulet et riz brun <i>Chicken and brown rice soup</i>	Crème de carottes et panais <i>Cream of carrot and parsnip</i>	Potage de pommes de terre et poireaux <i>Potato and leek soup</i>	Soupe aux tomates, légumes et mélange multigrain <i>Tomato, vegetable and multigrain soup</i>	Potage du jour <i>Hearty-soup of the day</i>
PLAT DU CHEF / CHEF'S PLATE	Bifteck de Hambourg, sauce lyonnaise <i>Hamburger steak</i>	Paella au poulet et chorizo <i>Chicken and chorizo paella</i>	Boulettes de porc, sauce miel et ail <i>Pork meatballs, honey, and garlic sauce</i> ou Boulettes végé miel et ail <i>Or vegetarian meatballs, honey and garlic sauce</i>	Tortellinis au fromage, sauce rosée <i>Cheese tortellini, rosée sauce</i>	Pita à l'italienne <i>Italian-style pita</i>
LÉGUME / VEGETABLE	Julienne de carottes persillées <i>Juliened carrots with parsley</i>	Mélange de légumes Montego <i>Montego blend</i>	LE LÉGUME DU JOUR / VEGETABLE OF THE DAY	Fleurettes de brocoli <i>Broccoli florets</i>	Mélange Jardinière (haricots et carottes) <i>Prince Edward vegetable blend (beans and carrots)</i>
SALADE / SALAD	Salade César allégre <i>Allegro Caesar salad</i>	Salade verte <i>Green salad</i>	Salade jardinière <i>Garden salad</i>	Salade de légumes croquants <i>Crunchy vegetable salad</i>	Salade du chef <i>Chef's salad</i>
ACCOMPAGNEMENT / SIDE	Purée de pommes de terre <i>Mashed potatoes</i>	-	Nouilles cantonaises <i>Cantonese noodles</i>	-	Pommes de terre aux épices tex-mex <i>Potatoes with Tex-Mex spices</i>
DESSERT DU JOUR / DAILY DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. / <i>Fruit, fruit-based desserts or milk-based desserts, or baked desserts (preferably with whole grain cereals) are offered every day and included each day with the full meal.</i>				
BOISSON / BEVERAGE	Lait ou jus de fruits pur à 100 %. / <i>Milk or 100% pure fruit juice.</i>				
LA CARTE	Sélection de pizzas : pepperoni de dinde et fromage, bacon de dinde, fromage / <i>Choice of pizza : turkey pepperoni and cheese, turkey bacon, cheese.</i> Les mets suivants sont offerts chaque jour: sandwichs roulés, sélection de paninis (bœuf, poulet ou porc), sélection de salades d'accompagnement (pâtes, grecque, César, etc.), fruits et fromage, sandwichs en pointe. <i>The following menu items are offered every day: wraps, variety of paninis (beef, chicken or pork), variety of small salads (pasta, Greek, Caesar, etc.), fruit and cheese, wedge sandwiches.</i>				
DATE	Menu offert les semaines débutant les :9 septembre, 14 octobre, 18 novembre 2024; 6 janvier, 10 février, 24 mars, 28 avril, 2 juin 2025. <i>Weeks beginning on: September 9th, October 14th, November 18th 2024; January 6th, February 10th, March 24th, April 28th, June 2nd 2025.</i>				

Année scolaire/ School year 2024-2025

Weekly Menu

SEMAINE 3 / WEEK 3	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
SOUPE / SOUP	Soupe au poulet et nouilles aux œufs <i>Chicken with egg noodle soup</i>	Crème d'épinards <i>Cream of spinach</i>	Soupe aux tomates et coquilles <i>Tomato-noodle soup</i>	Soupe aux champignons, lentilles et orge <i>Mushrooms, lentils, and barley soup</i>	Crème de légumes <i>Cream of vegetables</i>
PLAT DU CHEF / CHEF'S PLATE	Veau en cubes, sauce barbecue <i>Veal cubes, BBQ sauce</i>	Pâtes tetrizzini à la dinde <i>Turkey tetrizzini pasta</i>	Souvlaki de porc aux épices marocaines <i>Moroccan-spiced pork souvlaki</i>	Filet de poisson en croûte de croustilles de maïs <i>Fish filet in cornmeal crust</i>	Fajita de poulet et accompagnements <i>Chicken fajita with toppings</i>
LÉGUME / VEGETABLE	Fleurettes de brocoli <i>Broccoli florets</i>	Macédoine italienne <i>Italian vegetable blend</i>	Duo de haricots verts et jaunes coupés <i>Green and yellow bean duo</i>	Mélange San Francisco <i>San Francisco blend</i>	Mélange Soleil levant <i>Sunrise vegetable blend</i>
SALADE / SALAD	Salade du chef <i>Chef's salad</i>	Salade de légumes croquants <i>Crunchy vegetable salad</i>	-	Salade César <i>Caesar salad</i>	Salade verte <i>Green salad</i>
ACCOMPAGNEMENT / SIDE	Pommes de terre aux épices barbecue <i>Potatoes with BBQ spices</i>	-	Salade de couscous <i>Couscous salad</i>	Orzo au citron <i>Lemon-flavoured orzo</i>	-
DESSERT DU JOUR / DAILY DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. / <i>Fruit, fruit-based desserts or milk-based desserts, or baked desserts (preferably with whole grain cereals) are offered every day and included each day with the full meal.</i>				
BOISSON / BEVERAGE	Lait ou jus de fruits pur à 100 %. / <i>Milk or 100% pure fruit juice.</i>				
À LA CARTE	Sélection de pizzas : pepperoni de dinde et fromage, bacon de dinde, fromage / <i>Choice of pizza : turkey pepperoni and cheese, turkey bacon, cheese.</i>				
	Les mets suivants sont offerts chaque jour: sandwichs roulés, sélection de paninis (bœuf, poulet ou porc), sélection de salades d'accompagnement (pâtes, grecque, César, etc.), fruits et fromage, sandwichs en pointe. <i>The following menu items are offered every day: wraps, variety of paninis (beef, chicken or pork), variety of small salads (pasta, Greek, Caesar, etc.), fruit and cheese, wedge sandwiches.</i>				
DATE	Menu offert les semaines débutant les : 16 septembre, 21 octobre, 25 novembre 2024; 13 janvier, 17 février, 31 mars, 5 mai, 9 juin 2025. <i>Weeks beginning on: September 16th, October 21st, November 25th 2024; January 13th, February 17th, March 31st, May 5th, June 9th 2025.</i>				

SEMAINE 4 / WEEK 4	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
SOUPE / SOUP	Crème de brocoli <i>Cream of broccoli</i>	Soupe au poulet et riz brun <i>Chicken and brown rice soup</i>	Potage du jour <i>Hearty-soup of the day</i>	Soupe au bœuf, légumes et orge <i>Beef, vegetable, and barley soup</i>	Velouté de tomates et basilic <i>Tomato-basil soup</i>
PLAT DU CHEF / CHEF'S PLATE	Casserole de gnocchis caprese, sauce marinara <i>Caprese gnocchi casserole, marinara sauce</i>	Boulettes de veau à la suédoise <i>Swedish veal meatballs</i> ou Boulettes végé à la suédoise <i>or vegetarian meatballs Swedish style</i>	Poulet à la thaïe au cari rouge <i>Red curry Thai chicken</i>	Fajita au porc <i>Pork fajita</i> ou Fajita aux lanières végé <i>Or Vegetarian strips fajita</i>	Filet de poisson à la noix de coco <i>Coconut fish fillet</i>
LÉGUME / VEGETABLE	LE LÉGUME DU JOUR / VEGETABLE OF THE DAY	Fleurettes de brocoli <i>Broccoli florets</i>	Mélange de légumes Montego <i>Montego blend</i>	Maïs et poivrons deux couleurs <i>Corn and two colours of peppers</i>	Carottes en julienne <i>Julienned carrots</i>
SALADE / SALAD	Salade verte <i>Green salad</i>	Salade du chef <i>Chef's salad</i>	Salade méli-mélo <i>Meli-melo salad</i>	Chiffonnade de laitue et tomates <i>Lettuce-tomato chiffonade</i>	Salade d'orzo, épinards et féta <i>Salad of orzo, spinach, and feta</i>
ACCOMPAGNEMENT / SIDE	-	Purée de pommes de terre <i>Mashed potatoes</i>	Riz brun pilaf <i>Brown rice pilaf</i>	Pommes de terre au goût du chef <i>Chef's style potatoes</i>	
DESSERT DU JOUR / DAILY DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. / <i>Fruit, fruit-based desserts or milk-based desserts, or baked desserts (preferably with whole grain cereals) are offered every day and included each day with the full meal.</i>				
BOISSON / BEVERAGE	Lait ou jus de fruits pur à 100 %. / <i>Milk or 100% pure fruit juice.</i>				
À LA CARTE	Sélection de pizzas : pepperoni de dinde et fromage, bacon de dinde, fromage / <i>Choice of pizza : turkey pepperoni and cheese, turkey bacon, cheese.</i>				
	Les mets suivants sont offerts chaque jour: sandwichs roulés, sélection de paninis (bœuf, poulet ou porc), sélection de salades d'accompagnement (pâtes, grecque, César, etc.), fruits et fromage, sandwichs en pointe. <i>The following menu items are offered every day: wraps, variety of paninis (beef, chicken or pork), variety of small salads (pasta, Greek, Caesar, etc.), fruit and cheese, wedge sandwiches.</i>				
DATE	Menu offert les semaines débutant les: 23 septembre, 28 octobre, 2 décembre 2024; 20 janvier, 24 février, 7 avril, 12 mai 2025. <i>Weeks beginning on: September 23th, October 28th, December 2nd 2024; January 20th, February 24th, April 7th, May 12th 2025.</i>				

Année scolaire/School year 2024-2025

Weekly Menu

SEMAINE 5 / WEEK 5	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY
SOUPE / SOUP	Potage de chou-fleur et pommes de terre <i>Cauliflower and potato soup</i> 	Soupe au poulet et riz brun <i>Chicken and brown rice soup</i> 	Soupe aux champignons, lentilles et orge <i>Mushroom, lentil, and barley soup</i> 	Crème de brocoli <i>Cream of broccoli</i> 	Potage du chef <i>Chef's hearty-soup</i>
PLAT DU CHEF / CHEF'S PLATE	Tortellinis au fromage, sauce marinara <i>Cheese tortellinis, marinara sauce</i> 	Pâté chinois de veau <i>Veal shepherd's pie</i> 	Escalope de dinde marinée à la grecque et tzatziki <i>Greek-style marinated turkey escalope and Tzatziki</i> 	Tacos souples de porc effiloché <i>Pulled pork soft tacos</i> 	Saucisses de dinde, sauce demi-glaze aux poivrons <i>Turkey sausages, demi-glaze bell-pepper sauce</i>
LÉGUME / VEGETABLE	Pois verts <i>Green peas</i> 	Carottes persillées <i>Carrots with parsley</i> 	LE LÉGUME DU JOUR / VEGETABLE OF THE DAY	Mais <i>Corn</i> 	Mélange Romanesco <i>Romanesco blend</i>
SALADE / SALAD	Salade César <i>Caesar salad</i>	Salade de betteraves et pommes du Québec <i>Beet and apple salad</i> 	Salade fattouche <i>Fattoush salad</i>	Chiffonnade de laitue et tomates <i>Lettuce-tomato chiffonade</i>	Salade de chou classique <i>Classic coleslaw</i>
ACCOMPAGNEMENT / SIDE	-	-	Taboulé de quinoa et COUSCOUS <i>Quinoa and couscous tabbouleh</i> 	Quartiers de patates douces <i>Sweet potato wedges</i>	Riz brun pilaf <i>Brown rice pilaf</i>
DESSERT DU JOUR / DAILY DESSERT	Des fruits, des desserts à base de fruits ou de produits laitiers, ou des desserts cuisinés à base de produits céréaliers (de préférence à grains entiers) sont aussi disponibles et inclus chaque jour avec le repas complet. / <i>Fruit, fruit-based desserts or milk-based desserts, or baked desserts (preferably with whole grain cereals) are offered every day and included each day with the full meal.</i>				
BOISSON / BEVERAGE	Lait ou jus de fruits pur à 100 %. / <i>Milk or 100% pure fruit juice.</i>				
LA CARTE 	Sélection de pizzas : pepperoni de dinde et fromage, bacon de dinde, fromage / <i>Choice of pizza : turkey pepperoni and cheese, turkey bacon, cheese.</i> Les mets suivants sont offerts chaque jour: sandwichs roulés, sélection de paninis (bœuf, poulet ou porc), sélection de salades d'accompagnement (pâtes, grecque, César, etc.), fruits et fromage, sandwichs en pointe. <i>The following menu items are offered every day: wraps, variety of paninis (beef, chicken or pork), variety of small salads (pasta, Greek, Caesar, etc.), fruit and cheese, wedge sandwiches.</i>				
DATE	Menu offert les semaines débutant les: 30 septembre, 4 novembre, 9 décembre 2024; 27 janvier, 10 mars, 14 avril, 19 mai 2025. <i>Weeks beginning on: September 30th, November 4th, December 9th 2024; January 27th, March 10th, April 14th, May 19th 2025.</i>				