

## MENU #2 BARQUETTES DU PRIMAIRE 2022-2023

SEMAINES ET DATES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>SEMAINE 1</b> 12 sept. 10 oct. 7 nov. 5 déc. 30 jan. 27 mars, 24 avril, 22 mai	<b>Poulet au beurre</b> Couscous carottes et curcuma Légumes du jour  Yogourt Jus Hydrafruit	<b>Riz mexicain au poulet</b> Mélange mexicain  Fruit frais entier Jus Hydrafruit	<b>Pâtes, sauce végétarienne</b>  Biscuit tendre aux bananes Lait	<b>Escalope de poulet marinée</b> Sauce au yogourt Riz et Légumes du jour  Biscuits SThé/Compote Pomme Jus Hydrafruit	<b>Bouchées de poisson à la mode du sud ouest</b> Pommes de terre rôties Légumes du jour  Nutrigrains Lait
<b>SEMAINE 2</b> 19 sept. 17 oct. 14 nov. 12 déc. 9 jan. 6fév. 6 mars, 3 avril. 1 mai, 29 mai	<b>Pâtes au poulet Alfredo</b> Légumes du jour  Yogourt en tube Jus Hydrafruit	<b>Hambourgeois végété au fromage</b> Salade du chef  Fruit en coupe Jus Hydrafruit	<b>Bâtonnets végétariens à la parmigiana</b> Pâtes au pesto Légumes du jour  Biscuit à l'avoine et framboise Lait	<b>Saucisses grillées de poulet</b> Pommes de terre en purée Légumes du jour  Pouding au chocolat Jus Hydrafruit	<b>Poulet à la Général Tao</b> Riz à l'oriental Légumes du jour  Muffins aux brisures de chocolat lait
<b>SEMAINE 3</b> 26 sept. 24 oct. 21 nov. 19 déc. 16 janv. 13 fév. 13 mars, 10 avril, 8mai	<b>Bouchées de poulet</b> Purée de pommes de terre Légumes du jour  Yogourt Jus Hydrafruit	<b>Omelette au fromage</b> <b>Quinoa au cari</b> Légumes du jour  Fruit frais entier Jus Hydrafruit	<b>Tortellini au fromage, sauce rosée</b> Légumes du jour  Biscuit tendre aux fraises Lait	<b>Poitrine de poulet Piri-piri</b> Pommes de terre rôties Légumes du jour  Fruits coupe mandarines Jus Hydrafruit	<b>Tilapia multigrains</b> Pommes de terre campagnarde Légumes du jour  Biscuit Quinoa et canneberges Lait
<b>SEMAINE 4</b> 3 oct. 31 oct. 28 nov. 23 jan. 20 fév. 20 mars, 17 avril, 15 mai	<b>Pizza tomate/pepperoni à la dinde/ poivrons/fromage</b>  Yogourt à boire Biscuits social thé	<b>Hambourgeois de poulet</b> Crudités  Fruit en coupe Jus Hydrafruit	<b>Macaroni aux tomates et trois fromages</b> Légumes du jour  Biscuit avoine et brisures de chocolat Lait	<b>Poulet Teriyaki</b> Riz basmati aux légumes Légumes du jour  Pouding à la vanille Jus Hydrafruit	<b>Pâté chinois végétarien</b> Légumes du jour  Carré au riz Lait

NOTE : CE MENU N'EST PAS SANS ALLERGÈNE. LES MENUS AVEC ÉTOILES \* CONTIENNENT DU BŒUF. BON APPÉTIT!