

Approuvé par Lucie Laurin, Dt.P.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	À LA CARTE
SEMAINE #1 ; 31 Aout, 5 Octobre, 9 Novembre, 14 Décembre, 1er Février, 15 Mars, 19 Avril, 24 Mai						Petite soupe 2,25\$ Grande soupe 3,75\$ Petite salade César 4,25\$ Grande salade César 5,75\$ Salade repas ; oeufs/jambon/poulet/thon 7,75\$ Assiette combiné froide 7,50\$ Assiette de crudités & trempette 3,25\$ Portion de fromage 1,75\$.
SOUPE	Soupe poulet et nouilles	Soupe boeuf et riz	Soupe aux légumes	Soupe aux pois	Soupe au chou	
MENU DU JOUR	Pâtes sauce crémeuse aux pois chiches et brocolis vapeurs	Sandwich chaud au poulet et pois verts, salade de chou. option végétarienne disponible	Bol repas façon tex-mex au boeuf ou option végétarienne	Crêpes, saucisses au poulet, fèves au lard et fruits frais	Bâtonnets de poisson panure maison, pommes de terre rissolées et légumes vapeurs	
DESSERT	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	
SEMAINE #2 ; 7 Septembre, 12 Octobre, 16 Novembre, 4 Janvier, 8 Février, 22 Mars, 26 Avril, 31 Mai						Repas à la carte : Sandwich ou wrap ; oeufs/jambon/poulet/thon 4,75\$ Sandwich grillé au fromage 4,25\$ Bagel au blé entier fromage cheddar 4,25\$ Pizza froide aux tomates et fromage 4,00\$ Dessert du jour 1,50\$ Muffin maison 1,50\$ Galette maison 1,50\$ Bol de fruit 1,50\$ Bouteille d'eau 1,50\$ Lait 200ml 1,25\$ Jus de fruit 200ml 1,75\$ Collations variées entre 0,50\$ et 3,00\$ Votre enfant à la possibilité de remplacer l'assiette principale par un repas à la carte. Servi avec crudités et trempette. - Sandwich / wrap du jour - Bagel fromage à la crème - Grilled cheese - Pizza froide et portion de fromage
SOUPE	Soupe boeuf et riz	Soupe aux lentilles	Crème de brocoli	Soupe tomates et nouilles	Crème de carottes	
MENU DU JOUR	Frittata aux légumes et fromage. Crudités et trempette	Penne sauce crémeuse au pesto et poulet, salade jardinière	Panini aux boulettes style pizza gratiné. Crudités et trempette	Pilons de poulet à l'indienne, couscous et carottes au beurre	Riz frit végétarien au tofu et rouleau impériaux	
DESSERT	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	
SEMAINE #3 ; 14 Septembre, 19 Octobre, 23 Novembre, 11 Janvier, 15 Février, 29 Mars, 3 Mai, 7 Juin						
SOUPE	Soupe poulet et riz	Soupe tomates et nouilles	Crème d'épinards	Soupe minestrone	Potage de légumes	
MENU DU JOUR	Spaghetti sauce à la viande ou végétarienne, crudités et pain à l'ail	Poulet teriyaki, vermicelles de riz et salade de chou colorée	Hot dog au poulet, garni de chili gratiné et salade de carottes	Filet de poisson au citron, riz aux herbes et légumes vapeurs	Tacos souple de boeuf ou végétarien, laitue, fromage et salade mexicaine	
DESSERT	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	
SEMAINE #4 ; 21 Septembre, 26 Octobre, 30 Novembre, 18 Janvier, 22 Février, 5 Avril, 10 Mai, 14 Juin						
SOUPE	Crème patate et poireaux	Soupe aux légumes	Soupe poulet et nouilles	Soupe boeuf et orge	Crème jardinière	
MENU DU JOUR	Boulettes suédoises, pommes de terre en purée et légumes vapeurs	Bol de egg roll au poulet haché et aux oeufs ou option végétarienne	Hamburger de boeuf au fromage, laitue et tomates. Crudités et trempette	Casserole de lasagne aux légumes et fromage. Salade césar	Wrap au filet de poisson sud ouest, salade de chou et maïs. Crudités et trempette	
DESSERT	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	
SEMAINE #5 ; 28 Septembre, 2 Novembre, 7 Décembre, 25 Janvier, 8 Mars, 12 Avril, 17 Mai, 21 Juin						NOS TARIFS ET FORAITS
SOUPES	Soupe aux lentilles	Chaudrée de maïs	Soupe tomates et riz	Soupe à l'oignon	Soupe poulet et nouilles	Assiette principale : 6,25\$ Repas complet : 8,50\$ Carte P'tits Creux : 20\$ Carte 5 assiettes principale : 30\$ Carte 5 repas : 40\$ Carte 30 repas : 232,50\$ Forfait annuel : 1350\$ (rabais de 180\$)
MENU DU JOUR	Macaroni au fromage gratiné et crudités	Pizza sur pain naan poulet au beurre ou tofu au beurre, crème sure. Salade verte.	Pâté chinois ou pâté au saumon, salade de betteraves	Muffin anglais oeuf, saucisse et fromage. Pommes de terre rissolées et crudités	Bol santé au falafel sur couscous et sauce au yogourt	
DESSERT	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	Fruits, yogourt et dessert du jour	
Le repas complet comprend : Soupe, assiette principale, breuvage (eau, jus de fruits ou lait) et dessert.						
JACQUELINE MERCIER ; 514-884-3610 - LESPTITSBECSFINS@HOTMAIL.CA - https://www.facebook.com/lesptitsbecsfins						