

# Collège Laval

Année scolaire 2017-2018



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

## Semaine 1

28 août - 26 fév.  
25 sept. - 26 mars  
23 oct. - 23 avril  
20 nov. - 21 mai  
18 déc. - 18 juin  
29 janv.

Soupe poulet et légumes  
**Pita à l'italienne**  
**Quiche florentine au féta**  
Salade verte et chou rouge  
Fleurons de brocoli

Soupe aux lentilles  
**Farfalles di casa**  
**Sandwich chaud au poulet**  
Purée de pommes de terre  
Salade César  
Petits pois

Crème de poulet  
**Souvlaki maison**  
**Filet de poisson croustillant**  
Riz multigrain  
Salade grecque  
Haricots verts

Soupe cultivateur  
**Gratin Tex Mex**  
**Dinde au lait de coco**  
Vermicelles asiatiques  
Salade jardinière  
Légumes Montego

Crème de brocoli  
**Poulet Général Tao**  
**Cari végétarien**  
Riz basmati  
Salade d'épinards  
Macédoine Prince Édouard

## Semaine 2

04 sept. - 05 fév.  
02 oct. - 05 mars  
30 oct. - 02 avril  
27 nov. - 30 avril  
08 janv. - 28 mai

Crème de champignons  
**Doigts de poulet**  
Quartiers de pommes de terre au paprika fumé  
**Tofu à l'indienne**  
Pain naan  
Crudités et trempette  
Salade du marché

Soupe à l'oignon  
**Spaghetti sauce à la viande**  
**Casserole de porc à la dijonnaise**  
Nouilles aux œufs  
Salade César  
Rondelles de carottes aux herbes

Soupe minestrone  
**Assiette chinoise**  
(2 pilons de poulet, macaroni chinois)  
**Bœuf aux légumes**  
Orge pilaf  
Légumes sautés  
Salade de chou

Crème de légumes  
**Bifteck sauce lyonnaise**  
Purée de pommes de terre  
**Pâté au saumon, sauce à l'aneth**  
Fleurons de brocoli  
Salade méditerranéenne

Soupe tomates et quinoa  
**Burger de dinde maison**  
**Sauté tempeh au gingembre**  
Vermicelles de riz  
Salade Kimchi  
Carottes jaunes en julienne

## Semaine 3

11 sept. - 12 fév.  
09 oct. - 12 mars  
06 nov. - 09 avril  
04 déc. - 07 mai  
15 janv. - 04 juin

Soupe poulet et vermicelles  
**Boulettes suédoises**  
**Filet de poisson chimichurri**  
Nouilles aux œufs persillées  
Macédoine Prince Édouard  
Salade du chef

Soupe aux pois  
**Ziti italien**  
**Wrap asiatique**  
Salade César  
Légumes au four

Potage Crécy  
**Poulet teriyaki**  
Salade de quinoa et edamame  
**Crêpes jambon et fromage**  
Salade d'épinards  
Duo de haricots

Soupe paysanne  
**Pâté chinois**  
Salade de betteraves  
**Chili sin carne**  
Chips de tortillas  
Maïs et poivrons rouges

Soupe bœuf et orge  
**Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée à la lime**  
Pommes de terre rissolées  
**Linguine de la mer**  
Légumes Montego  
Salade verte et chou rouge

## Semaine 4

18 sept. - 19 fév.  
16 oct. - 19 mars  
13 nov. - 16 avril  
11 déc. - 14 mai  
22 janv. - 11 juin

Crème de tomate  
**Cuisse de poulet BBQ**  
Pommes de terre grelots  
**Quesadillas mexicaines**  
Salade de chou  
Rondelles de carottes aux herbes

Soupe aux légumes  
**Lasagne à la viande**  
**Sauté de porc et brocoli, sauce hoisin**  
Vermicelles  
Salade César  
Courgettes fraîches au four

Soupe poulet et nouilles  
**Vol-au-vent à la dinde**  
**Bœuf bourguignon**  
Purée de pommes de terre  
Edamame et carottes jaunes  
Salade italienne

Crème de courge  
**Poulet au beurre**  
Riz basmati  
**Tacos de poisson**  
Salade du marché  
Fleurons de brocoli

Soupe orientale  
**Veau parmesan**  
Pâtes persillées  
**Pain plat aux légumes grillés, pesto, féta**  
Salade d'épinards  
Haricots verts



## Prix du menu du jour :

Comprend :

- la soupe
- le plat principal
- lait **ou**
- jus pur à 100 % **ou**
- bouteille d'eau 500 ml
- et le dessert

**5,40 \$**

## Plan repas annuel

**850\$/ (5\$/jour)**

**Plan 90 repas**

**459\$ (5.10\$/repas)**

**Plan 60 repas**

**312\$ (5.20\$/repas)**

**Un bon mode de paiement, la «carte scolaire» de votre enfant!**

**Vous décidez du montant et faites votre chèque au nom du :**

**Groupe Compass (Québec) Itée**

**Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa «carte étudiante» pour payer à la caisse.**

Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

# Programmes

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

**Panini  
bœuf et fromage**

**Panini souvlaki**

**Panini  
aux côtes levées BBQ**

**Panini effiloché**

**Panini BBQ**

**TOUS LES JOURS : Panini végétarien // Panini jambon et fromage**

**Filet de poulet sur  
pomme de terre cube  
assaisonnés**

**Boulettes teriyaki  
sur riz**

**Pizza Pi**

**Club sandwich /  
Pizza sur plaque**

**Sous-marin  
au pepperoni de dinde**

-

-

**Comptoir burritos**

**Boîte asiatique  
vermicelles ou riz**

**Shish Taouk**

**Tortellini sauce rosée**

**Linguini alfredo et  
jambon en cube**

**Rigatoni sauce  
pomodoro et boulettes**

**Penne sauce arabiata,  
saucisses italiennes**

**Pâte du chef**

**Collège Laval 2017-2018**