



MENU École secondaire DU TOURNESOL 2021-2022



	Semaines	Les LUNDIS Pastas	Les MARDIS	Les MERCREDIS	Les JEUDIS	Les VENDREDIS Sous-marins
SEMAINE 1	23 août 27 septembre 1 novembre 6 décembre 24 janvier 7 mars 11 avril 16 mai	Soupe jardinière	Soupe poulet et riz	Potage pommes de terre et jambon	Soupe tomates et nouilles	Velouté de navet et carottes
		Vermicelle napolitain	Pâtes du moment	Pâté au saumon, légumes du jour	Macaroni chinois	BAR À SOUS-MARIN
		Spaghetti sauce à la viande	Haché de porc forestier, patates paprika, légumes du jour	Pain de viande marengo, coquille au beurre, légumes du jour	Boulettes fumées, patate sauce, salade de chou	Souvlaki au poulet, riz, légumes du jour
		Gâteau blanc, sucre à la crème	Biscuit choco-cerises	Feuilleté aux bleuets	Muffin aux carottes	Croustade pêches et poires
SEMAINE 2	30 août 4 octobre 8 novembre 13 décembre 31 janvier 14 mars 18 avril 23 mai	Soupe bœuf et anneaux	Crème Dubarry (chou-fleur)	Soupe aux légumes	Soupe poulet et millet	Soupe tomate et coquilles
		Nouilles aux tomates séchées	Boulettes de porc aux abricots, riz brun, légumes du jour	Vol-au-vent au poulet, patates, légumes du jour	Casserole mexicaine, nachos, salade ciselée	Bœuf à l'oignon, patates jaunes, légumes du jour
		Spaghetti sauce à la viande	Pâtes du moment	Filet de poisson à la lime, patates, légumes du jour	Chausson à la viande, salade ciselée	BAR À SOUS-MARIN
		Carré au miel	Pain d'épices du verger	Gâteau aux cerises	Galette d'avoine et raisins	Fondant aux dattes
SEMAINE 3	6 septembre 11 octobre 15 novembre 20 décembre 7 février 21 mars 25 avril 30 mai	Soupe tomates et orge	Soupe poulet et orzo	Crème andalouse	Soupe bœuf et riz	Soupe italienne
		Penne sauce tomates et épinard	Fricadelle de veau, patates vapeur, légumes du jour	Languettes de bœuf, oignon, poivron, nouilles aux légumes	Boules de poulet, sauce crème, orzo, légumes du jour	Juliennes de porcs au brocoli, riz pilaf, légumes du jour
		Spaghetti sauce à la viande	Pâtes du moment	Pizza fromage et poivrons, salade verte	Lasagne au pepperoni	BAR À SOUS-MARIN
		Tarte fraises et pommes	Gâteau turc	Biscuit au chocolat blanc	Mousse mangue et framboises	Tartelette au sirop
SEMAINE 4	13 septembre 18 octobre 22 novembre 10 janvier 14 février 28 mars 2 mai 6 juin	Velouté d'automne	Soupe tomates et lentilles	Soupe bœuf et orzo	Soupe thaïe	Velouté de volaille
		Coquilles crème et pesto	Viande hachée aux légumes, patates, navet, légumes du jour	Poulet à la thaïlandaise, riz, légumes du jour	Végé boulettes, salade César	Blanquette de veau, riz sauvage, légumes du jour
		Spaghetti sauce à la viande	Pâtes du moment	Poisson parmigiana, fusilli, légumes du jour	Pizza toute garnie, salade César	BAR À SOUS-MARIN
		Brownies végan	Tarte millionnaire	Gâteau de maïs aux bleuets	Carré granola aux dattes	Muffin citron et canneberges
SEMAINE 5	20 septembre 25 octobre 29 novembre 17 janvier 21 février 4 avril 9 mai 13 juin	Soupe poulet et nouilles	Soupe chou et carottes	Soupe bœuf et coquilles	Crème de brocoli au cumin	Soupe tomates et alphabet
		Macaroni aux tomates gratiné	Pain de porc florentin, patates pilées, légumes du jour	Hachis de bœuf, patates, légumes du jour	Fajitas au poulet, laitue et carottes râpées	Cubes de porc aux tomates et paprika, riz sauvage, légumes du jour
		Spaghetti sauce à la viande	Pâtes du moment	Gratin de poisson, légumes du jour	Fettuccine Alfredo et bacon	BAR À SOUS-MARIN
		Carré magique	Crumble aux pommes	Muffin aux pépites de chocolat	Chou à la crème	Tarte Graham aux petits fruits