



menu du Jour



MENU ROTATIF 5 SEMAINES : MENU COMPLET : 3 ITEMS > 7.95 \$
SÉMINAIRE ST-JOSEPH (2025-2026) 4 ITEMS > 8.40 \$

Ces menus sont sujets à changements sans préavis selon la disponibilité des produits.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SEMAINE DU	
SEMAINE 1	SOUPE  OU JUS DE LÉGUMES	Crème de navets et poires	Soupe poulet et orge	Soupe bœuf et orzo	Soupe tomates et basilic	Soupe minestrone	
	MENU VIANDE  OU MENU VÉGÉ  OU SPAGHETTI <small>DISPONIBLE</small>	<ul style="list-style-type: none"> RIGATONIS À LA SAUCISSE ITALIENNE RIGATONIS SAUCE FROMAGE ET TOFU SOYEUX 	<ul style="list-style-type: none"> PAIN DE VEAU SAUCE CRÉOLE FUSILLIS VÉGÉTARIENS À LA CHINOISE 	<ul style="list-style-type: none"> HAMBURGER DE PORC BBQ TEXAN CROSTINI À LA SALADE DE CRABE 	<ul style="list-style-type: none"> PIZZA MAISON PIZZA VÉGÉTARIENNE ET TOFU 	<ul style="list-style-type: none"> STEAKETTE DE PORC SAUCE GÉNÉRAL TAO PITA À LA GRECQUE ET TOFU 	JJ MM AAAA • #
	FÉCULENT	Pas de féculent	Pommes de terre en purée (seulement avec l'option #1)	Pommes de terre assaisonnées en cubes	Pas de féculent	Pommes de terre en quartiers	18 08 2025 • 5 25 08 2025 • 1
	LÉGUMES DU JOUR  ET SALADE	<ul style="list-style-type: none"> Légumes Montégo Salade de chou deux couleurs 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes à l'orientale Salade de fèves germées et épinards sauce au yogourt 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du jour Salade de brocolis et de canneberges 	<ul style="list-style-type: none"> Mélange de haricots Salade César 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes tranchées Salade de concombres et de pommes vertes au cari 	01 09 2025 • 2 08 09 2025 • 3 15 09 2025 • 4 22 09 2025 • 5 29 09 2025 • 1
	DESSERT DU JOUR  OU FRUIT FRAIS	Salade de fruits	Gâteau aux bananes	Tartelette aux fraises	Brownie au chocolat	Pouding chômeur aux pommes	
SEMAINE 2	SOUPE  OU JUS DE LÉGUMES	Crème de légumes	Soupe aux pois	Soupe tomates et riz brun	Soupe poulet et orge	Soupe fermière	
	MENU VIANDE  OU MENU VÉGÉ  OU SPAGHETTI <small>DISPONIBLE</small>	<ul style="list-style-type: none"> BURITOS DE BŒUF MEXICAIN LASAGNE AUX LÉGUMES ET À LA RICOTTA 	<ul style="list-style-type: none"> SAUCISSE PORC ET BOEUF RIZ FRIT AUX LÉGUMES ET HARICOTS 	<ul style="list-style-type: none"> POULET GRILLÉ TERIYAKI SOUS-MARIN AUX LÉGUMES GRILLÉS ET FROMAGE 	<ul style="list-style-type: none"> POULET CROUSTILLANT FAJITA MEXICAIN AUX HARICOTS ROUGES ET RIZ BRUN 	<ul style="list-style-type: none"> STEAKETTE DE BŒUF FUSILLIS AU FROMAGE ET TOFU 	06 10 2025 • 2 13 10 2025 • 3 20 10 2025 • 4 27 10 2025 • 5
	FÉCULENT	Riz multigrains (seulement avec l'option #1)	Pommes de terre en cubes (seulement avec l'option #1)	Riz aux légumes (seulement avec l'option #1)	Pommes de terre à la grecque	Pommes de terre en purée (seulement avec l'option #1)	03 11 2025 • 1 10 11 2025 • 2 17 11 2025 • 3 24 11 2025 • 4
	LÉGUMES DU JOUR  ET SALADE	<ul style="list-style-type: none"> Macédoine de 5 légumes Salade du chef 	<ul style="list-style-type: none"> Navets et carottes Salade de chou crémeuse 	<ul style="list-style-type: none"> Juliennes de carottes jaunes Salade de betteraves à l'érable 	<ul style="list-style-type: none"> Haricots verts Salade César 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du jour Salade de concombres 	01 12 2025 • 5 08 12 2025 • 1 15 12 2025 • 2
	DESSERT DU JOUR  OU FRUIT FRAIS	Gâteau Red Velvet	Croustade aux pommes	Mousse aux fraises	Biscuit avoine et chocolat	Gâteau tourbillon	
SEMAINE 3	SOUPE  OU JUS DE LÉGUMES	Soupe tomates et coquilles	Soupe bœuf et riz brun	Crème de navets à l'érable	Soupe fermière	Soupe poulet et riz	
	MENU VIANDE  OU MENU VÉGÉ  OU SPAGHETTI <small>DISPONIBLE</small>	<ul style="list-style-type: none"> FAJITA AU POULET RAGÔT DE TOFU TORTELLINIS SAUCE ROSÉE ET TOFU SOYEUX 	<ul style="list-style-type: none"> HOT-HAMBURGER DE PORC CHOW MEIN AUX LÉGUMES 	<ul style="list-style-type: none"> MACARONIS À LA VIANDE RIZ FRIT ET 1 EGG-ROLL 	<ul style="list-style-type: none"> PIZZA MEXICAINE PIZZA VÉGÉTARIENNE ET TOFU 	<ul style="list-style-type: none"> POT AU FEU DE BŒUF PÂTES AU PESTO ET TOFU 	05 01 2026 • 3 12 01 2026 • 4 19 01 2026 • 5 26 01 2026 • 1
	FÉCULENT	Pas de féculent	Riz basmati (seulement avec l'option #1)	Pas de féculent	Pas de féculent	Pommes de terre en purée	02 02 2026 • 2 09 02 2026 • 3 16 02 2026 • 4 23 02 2026 • 5
	LÉGUMES DU JOUR  ET SALADE	<ul style="list-style-type: none"> Légumes soleil Salade de verdure 	<ul style="list-style-type: none"> Pois verts et carottes Salade de chou et carottes 	<ul style="list-style-type: none"> Mais et poivrons rouges Salade du chef 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes tranchées Salade de brocolis 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du chef Salade mixte 	02 03 2026 • 1 09 03 2026 • 2 16 03 2026 • 3 23 03 2026 • 4
	DESSERT DU JOUR  OU FRUIT FRAIS	Gâteau pommes et érable	Biscuit avoine et canneberges	Croustade aux fraises	Pouding au chocolat	Salade de fruits	
SEMAINE 4	SOUPE  OU JUS DE LÉGUMES	Soupe tomates et orge	Crème de carottes à l'orange	Soupe bœuf et coquilles	Crème de choux-fleurs et panais	Crème de légumes	
	MENU VIANDE  OU MENU VÉGÉ  OU SPAGHETTI <small>DISPONIBLE</small>	<ul style="list-style-type: none"> VOL-AU-VENT AU POULET RAGÔT DE TOFU À LA MAROCAINE 	<ul style="list-style-type: none"> CHILI DE BŒUF ET NACHOS POISSON CROUSTILLANT 	<ul style="list-style-type: none"> HAMBURGER DE BOEUF BAGUETTE BRUSCHETTA GRATINÉE ET TOFU 	<ul style="list-style-type: none"> PÂTE CHINOIS TORTILLA VÉGÉTARIENNE AUX HARICOTS ROUGES 	<ul style="list-style-type: none"> HOT-CHICKEN PENNES JARDINIÈRES AUX TOMATES ET TOFU SOYEUX 	30 04 2026 • 5 06 04 2026 • 1 13 04 2026 • 2 20 04 2026 • 3 27 04 2026 • 4
	FÉCULENT	Pommes de terre en purée	Riz (seulement avec l'option #1)	Pommes de terre en cubes	Pas de féculent	Pommes de terre en purée (seulement avec l'option #1)	04 05 2026 • 5 11 05 2026 • 1
	LÉGUMES DU JOUR  ET SALADE	<ul style="list-style-type: none"> Carottes en tranches Salade verte 	<ul style="list-style-type: none"> Mélange de haricots Salade du chef et légumes 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du jour Salade verte et chou rouge 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes californiens Salade de légumes et de maïs 	<ul style="list-style-type: none"> Petits pois Salade de chou 	18 05 2026 • 2 25 05 2026 • 3
	DESSERT DU JOUR  OU FRUIT FRAIS	Biscuit aux brisures de chocolat	Tartelette au citron	Gâteau aux 4 fruits	Pouding au pain et sirop	Graham à la vanille	01 06 2026 • 4 08 06 2026 • 5 15 06 2026 • 1
SEMAINE 5	SOUPE  OU JUS DE LÉGUMES	Crème de brocolis et de pommes vertes	Soupe minestrone	Potage à la courge butternut	Soupe poulet et riz brun	Soupe au chou et carottes	
	MENU VIANDE  OU MENU VÉGÉ  OU SPAGHETTI <small>DISPONIBLE</small>	<ul style="list-style-type: none"> ESCALOPPE DE PORC BBQ PENNES DE BLÉ ENTIER AU TOFU, SAUCE TOMATE 	<ul style="list-style-type: none"> POULET GÉNÉRAL TAO FAJITA FALAFEL SAUCE YOGOURT 	<ul style="list-style-type: none"> BURGER DE POULET FILET DE POISSON DU CHEF 	<ul style="list-style-type: none"> PIZZA DU CHEF BACON, OIGNONS COUSCOUS VÉGÉTARIEN AUX LÉGUMES 	<ul style="list-style-type: none"> PANINI JAMBON FROMAGE GRATIN DE LÉGUMES AU TOFU 	22 06 2026 • 2 29 06 2026 • 3 06 07 2026 • 4 13 07 2026 • 5
	FÉCULENT	Pommes de terre assaisonnées en cubes	Riz basmati (seulement avec l'option #1)	Pommes de terre assaisonnées en cubes	Pas de féculent	Pommes de terre en cubes	20 07 2026 • 1 27 07 2026 • 2
	LÉGUMES DU JOUR  ET SALADE	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du jour Salade de chou 	<ul style="list-style-type: none"> Haricots verts Salade épinards et fèves 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes tranchées Salade verte et maïs 	<ul style="list-style-type: none"> Mais et carottes Salade César 	<ul style="list-style-type: none"> Légumes du chef Salade de verdure 	03 08 2026 • 3 10 08 2026 • 4
	DESSERT DU JOUR  OU FRUIT FRAIS	Salade de fruits	Pouding au caramel	Gâteau aux fraises	Surprise du chef	Gâteau aux carottes	

SONT INCLUS À L'ACHAT D'UN MENU COMPLET :

- 1 soupe ou jus de légumes (+ 1 pain enrichi et 1 beurre)
- 1 menu viande ou végétarien ou spaghetti
- 1 portion de féculent et 1 portion de légumes ou de salade
- 1 dessert du jour ou 1 fruit frais
- 1 breuvage au choix (eau ou lait ou jus de fruits pur à 100 %)

Menu faible en sodium

- Utilisation de produits frais et locaux
- Utilisation de produits céréaliers à grains entiers

MODES DE PAIEMENT DISPONIBLES :

- Carte repas **Freebees** rechargeable (via le site web)
- Paiement Interac ou argent