

Novembre 2026

Lundi2 Plats principaux - Sandwich du matin Le Lunch - Lanière de poulet à la douce sauce dijonnaise - Riz aux lentilles et légumes - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Galette à la mélasse - Crudités	Mardi3 Plats principaux - Boulettes de bœuf à l'italienne - Pâtes Scoobi Doo sauce jardinière rosée - Filet de végé-poulet multigrains - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Yogourt en tube - Crudités	Mercredi4 Plats principaux - Sous-marin pizza-poulet - Filets de poissons multigrains servis avec riz et quinoa - Sauté de tofu Teriyaki - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Barre granola Végan - Crudités	Jeudi5 Plats principaux - Le Brunch chez Le Lunch - Chili Tex Mex - Chili Végé Tex Mex - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Compote aux fruits - Crudités	Vendredi6 Plats principaux - Burger au poulet et fromage - Sandwich jambon à l'érable - Tortellini au fromage - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Muffin Choco-banane - Crudités
Lundi9 Plats principaux - Poulet Popcorn - La casserole déjeuner - Lanières végé - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Galette bleuet, canneberge et chocolat blanc - Crudités	Mardi10 Plats principaux - Boeuf style Nachos - Fajitas de pollo a la mexicana - Fusillis, sauce bolognaise aux lentilles - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Yogourt aux fruits - Crudités	Mercredi11 Plats principaux - Spaghetti aux boulettes de viande - Fusillis au poulet Alfredo - Bâtonnets de tofu style côtes levées - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Fruit frais - Crudités	Jeudi12 Plats principaux - Poulet au beurre - Hamburger steak, purée de pomme de terre - Curry doux aux pois chiches - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Compote aux fruits - Crudités	Vendredi13 Plats principaux - Jambon à l'érable - Salade de pâtes au poulet césar (servi froid) - Rotini sauce tomates gratinées - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Muffin aux bleuets - Crudités
Lundi16 Plats principaux - Bouchées de poulet multigrains, patates rôties au four - Boulettes asiatiques - Boulettes végétariennes - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Galette citron et pavot - Crudités	Mardi17 Plats principaux - Poulet parmigiana - Pain de viande (bœuf) - Poulet Parmesan Végétarien - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Yogourt en tube - Crudités	Mercredi18 Plats principaux - Sandwich crêpe déjeuner - Gratin de pâtes et jambon - Pizza Méditerranéenne - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Galette à l'avoine et pommes - Crudités	Jeudi19 Plats principaux - Poulet Cacciatore - Poisson blanc à la napolitaine - Tofu Cacciatore - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Compote aux fruits - Crudités	Vendredi20 Plats principaux - Pâtes en Folie !!! au gratin, sauce tomate - Sandwich des sportifs (servi froid) - Pain aux légumineuses façon Pizza - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Muffin canneberge et orange - Crudités
Lundi23 Plats principaux - Souvlaki de porc à la grecque - Bol burrito déjeuner - Lanières végétales Teriyaki - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Galette aux bananes et carottes - Crudités	Mardi24 Plats principaux - Couscous Tunisien au poulet - Pizza-ghetti de luxe - Spaghetti aux boulettes végé - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Yogourt aux fruits - Crudités	Mercredi25 Plats principaux - Paella Espagnole au poisson blanc - Pain doré, jambon (porc) à l'ancienne et fèves au lard - Tacos aux lentilles - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Fruit frais	Jeudi26 Plats principaux - Pastel de Papas Argentin - Cheeseburger (Boeuf) - Salade de pâte aux légumineuses (servi froid) - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Muffin aux carottes - Crudités	Vendredi27 Plats principaux - Poulet bulgogi Coréen - Macaroni aux fromage et brocoli - Riz sauté au tofu et légumes - Pâté chinois (bœuf) - Lasagne au gratin Breuverages - Lait 2% - Jus 100% pur - Jus de légumes - Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements - Compote aux fruits - Crudités

Crudités				
Lundi 30	Mardi 1	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4
Plats principaux • Ragoût de boulettes du Lac St-Jean • Escalope de poulet BBQ • Ragoût de boulettes Végé • Pâté chinois (bœuf) • Lasagne au gratin Breuvages • Lait 2% • Jus 100% pur • Jus de légumes • Sans Breuvage (-0,25 \$) Desserts & accompagnements • Biscuit aux bleuets • Crudités				