

MENU SERVICE ALIMENTAIRE



Écoles secondaires du Centre de services scolaire Marguerite-Bourgeoys :
Collège Saint-Louis, de l'Altitude, Dorval-Jean XXIII, Des Sources, Félix-Leclerc, Saint-Georges



Q = Majoritairement composé d'ingrédients de provenance québécoise

◆ = Poisson de pêche durable certifié par MSC, Ocean Wise ou autre organisme reconnu

◆ = Convient aux lacto-ovo-végétariens

◆ = Produit céréalier à grains entiers

Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi
Soupe aux légumes	Soupe poulet et riz ◆	Crème de courge	Soupe tomates et nouilles	Crème de légumes
Poulet Q ou tofu, sauce Tao, fleurettes de brocoli ou salade du chef, mélange multigrain et riz basmati ◆ ◆	Boulettes de veau à la suédoise Q , carottes persillées ou salade César, nouilles aux œuf	Vol-au-vent, sauce aux fruits de mer, mélange Romanesco ou salade verte, purée de pommes de terre et carottes ◆	Lanières de porc à la louisianaise Q , mélange Jardinière ou salade de chou & mandarines, pommes de terre	Pilons de poulet à l'indienne, mélange de légumes Soleil levant ou salade de brocoli, carottes & radis, couscous ◆
Menu 1 : Semaines du 29 août, 3 octobre, 7 novembre et 12 décembre 2022; 30 janvier, 13 mars, 17 avril et 22 mai 2023				
Potage de poireaux	Crème de carottes Q	Soupe poulet, légumes et orge ◆	Soupe tomates, légumes & orzo	Potage du jour
Bifteck de Hambourg, sauce au fromage en grains avec carottes ou salade César <i>allegro</i> , purée de pommes de terre	Filet de poisson mariné en croûte de bretzels avec légume du jour ou salade d'épinards et mandarines, mélange multigrain pilaf ◆ ◆	Escalope de dinde à la grecque et tzatziki Q avec mélange Jardinière ou salade fattouche, quinoa et couscous ◆	Q Boulettes de porc sauce aux pêches avec fleurettes de brocoli ou salade de légumes croquants, nouilles cantonaises	Burrito au bœuf ou aux protéines de soja (PVT) avec mélange de légumes Montego, salade de maïs à la mexicaine, pommes de terre aux épices tex-mex ◆ ◆
Menu 2 : Semaines du 5 septembre, 10 octobre, 14 novembre et 19 décembre 2022; 6 février, 20 mars, 24 avril et 29 mai 2023				
Soupe poulet et nouilles	Potage aux carottes et gingembre	Soupe tomates et riz multigrain ◆	Velouté de poulet	Crème de légumes
Boulettes de veau à l'italienne Q , fleurettes de brocoli ou salade du chef, mélange multigrain ◆	Filet de dindon aux pommes Q , duo de haricots ou salade de légumes, couscous ◆	Cuise de poulet BBQ, macédoine italienne, salade de chou, purée de pommes de terre	Filet de poisson croustillant, mélange de légumes San Francisco ou salade César, riz brun ◆ ◆	Burger de porc à la grecque ou végété, mélange Soleil levant ou salade verte, pommes de terre ◆
Menu 3 : Semaines du 12 septembre, 17 octobre et 21 novembre; 9 janvier, 13 février, 27 mars, 1^{er} mai et 5 juin 2023				
Soupe aux légumes et quinoa ◆	Crème de brocoli Q	Potage carottes et patates douces	Soupe poulet et riz ◆	Crème du chef
Sandwich chaud au poulet revisité, pois verts ou salade du chef, et pommes de terre épicées	Pâté chinois au veau Q ou protéines de soja (PVT), carottes ou salade de betteraves et pommes ◆	Poisson en chapelure italienne, mélange Jardinière ou salade méli-mélo, mélange multigrain ◆ ◆	Escalope de porc, sauce au poivre Q , légume du jour ou salade de chou, purée de pommes de terre	Pizza-pita au pastrami, mélange de légumes Romanesco ou salade César
Menu 4 : Semaines du 19 septembre, 24 octobre et 28 novembre 2022; 16 janvier, 20 février, 3 avril, 8 mai et 12 juin 2023				
Crème de brocoli Q	Soupe poulet et nouilles	Potage pois, coriandre et limne Q	Soupe légumes et riz multigrain ◆	Soupe aux tomates et coquilles
Hamburger ou burger végété avec légumes du jour ou chiffonnade de laitue-tomates, et pommes de terre ◆	Pâté mexicain à la dinde, fleurettes de brocoli ou salade d'épinards	Poulet piri-piri (à la portugaise), mélange de légumes Montego ou salade César <i>allegro</i> , couscous ◆	Fajita au porc Q , maïs et poivrons ou salade du chef, pommes de terre au goût du chef	Pâtes aux crevettes et pesto sans noix Q , carottes en julienne ou salade grecque ◆

Un deuxième choix de repas chaud incluant un légume d'accompagnement est disponible tous les jours.

Du lait ou jus de fruits pur à 100 %, des fruits et desserts à base de produits laitiers, sont aussi disponibles chaque jour avec le repas.



La gamme de prêts-à-emporter NRI Express comprend des sautés asiatiques ou de pâtes, des bols style-poké, des pizzas de luxe, des burgers gourmets, des sandwiches froids et chauds (ex : panini); des salades-repas ou d'accompagnement, des crudités, des collations et bien d'autres choses encore. La sélection offerte varie en fonction de l'emplacement.