

# École secondaire Fernand-Séguin

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.

## Semaine 2

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

## Semaine 3

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

## Semaine 4

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

<p><b>Burger au poulet grillé</b></p> <p>Soupe poulet et légumes</p> <p><b>Pita à l'italienne</b></p> <p>Salade verte et chou rouge Fleurons de brocoli</p>	<p>Soupe aux lentilles</p> <p><b>Farfalles di casa</b></p> <p><b>Sandwich chaud au poulet</b> Purée de pommes de terre</p> <p>Salade César Petits pois</p>	<p><b>Nouilles Udon</b></p> <p>Crème de poulet</p> <p><b>Filet de poisson croustillant</b></p> <p>Riz multigrain Salade grecque Haricots verts</p>	<p>Soupe cultivateur</p> <p><b>Gratin Tex Mex</b></p> <p><b>Poulet Général Tao</b> Vermicelles asiatiques</p> <p>Salade jardinière Légumes Montego</p>	<p><b>Sous-marin superstar</b></p> <p>Crème de brocoli</p> <p><b>Quesadillas mexicaines</b></p> <p>Riz basmati Salade d'épinards Macédoine Prince Édouard</p>
<p><b>Burger au bœuf</b></p> <p>Crème de champignons</p> <p><b>Doigts de poulet</b> Quartiers de pommes de terre au paprika fumé</p> <p>Crudités et trempette Salade du marché</p>	<p>Soupe à l'oignon</p> <p><b>Spaghetti sauce à la viande</b></p> <p><b>Quiche florentine et mozzarella</b></p> <p>Salade César Rondelles de carottes aux herbes</p>	<p><b>Pizza Pi</b></p> <p>Soupe minestrone</p> <p><b>Assiette chinoise</b> (2 pilons de poulet, macaroni chinois)</p> <p>Légumes sautés Salade de chou</p>	<p>Crème de légumes</p> <p><b>Bifteck sauce lyonnaise</b> Purée de pommes de terre</p> <p><b>Taco de poisson</b></p> <p>Fleurons de brocoli Salade méditerranéenne</p>	<p><b>Panini côtes levées</b></p> <p>Soupe tomates et quinoa</p> <p><b>Veau parmesan</b> Pâtes persillées</p> <p>Salade Kimchi Carottes jaunes en julienne</p>
<p><b>Burger au poulet grillé</b></p> <p>Soupe poulet et vermicelles</p> <p><b>Boulettes suédoises</b></p> <p>Nouilles aux œufs persillées Macédoine Prince Édouard Salade du chef</p>	<p>Soupe aux pois</p> <p><b>Ziti italien</b></p> <p><b>Sandwich au porc effiloché BBQ</b></p> <p>Salade César Légumes au four</p>	<p><b>Nouilles Udon</b></p> <p>Potage Crécy</p> <p><b>Bouchées de poulet maison et mayonnaise épicée à la lime</b> Pommes de terre rissolées</p> <p>Salade d'épinards Duo de haricots</p>	<p>Soupe paysanne</p> <p><b>Pâté chinois</b></p> <p><b>Chili sin carne</b> Chips de tortillas</p> <p>Maïs et poivrons rouges Salade de betteraves</p>	<p><b>Sous-marin superstar</b></p> <p>Soupe bœuf et orge</p> <p><b>Linguine de la mer</b></p> <p>Légumes Montego Salade verte et chou rouge</p>
<p><b>Burger au bœuf</b></p> <p>Crème de tomate</p> <p><b>Cuisse de poulet BBQ</b> Pommes de terre grelots</p> <p>Salade de chou Rondelles de carottes aux herbes</p>	<p>Soupe aux légumes</p> <p><b>Lasagne à la viande</b></p> <p><b>Sauté de porc et brocoli sauce hoisin</b> Vermicelles</p> <p>Salade César Courgettes fraîches au four</p>	<p><b>Pizza Pi</b></p> <p>Soupe poulet et nouilles</p> <p><b>Bœuf bourguignon</b> Purée de pommes de terre</p> <p>Edamame et carottes jaunes Salade italienne</p>	<p>Crème de courge</p> <p><b>Poulet au beurre</b> Riz basmati</p> <p><b>Pâté au saumon, sauce à l'aneth</b></p> <p>Salade du marché Fleurons de brocoli</p>	<p><b>Panini côtes levées</b></p> <p>Soupe orientale</p> <p><b>Pain plat aux légumes grillés, pesto, féta</b></p> <p>Salade d'épinards Haricots verts</p>

## LES JETONS-REPAS

Vous avez la possibilité de profiter des **jetons-repas «Chartwells»** pour le repas de votre adolescent à la cafétéria.

L'achat de jetons permet d'obtenir un **repas complet** compris dans le menu du jour (4 items).

## Où vous les procurer?

Sur l'heure du dîner ou à la pause, votre enfant pourra aller voir notre responsable à la cafétéria :

- soit avec un **chèque payable au nom du «Groupe Compass (Québec) Itée»**

- soit avec le **montant en argent**, et il se verra remettre une enveloppe contenant **10 jetons-repas**.

Prix du menu du jour complet (SANS JETON)  
**5,50 \$**

Prix pour l'achat de **10 JETONS : 54 \$**



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