

**Service de la cuisine de
l'école des Pionniers-de-Maillardville**

Voici le menu que la Chef Assia nous prépare pour les semaines à venir. Nous vous rappelons que chaque repas se vend au coût de 6,50\$ (incluant l'entrée, le repas principal et un fruit ou une salade de fruits ou un yogourt ou un dessert pour les événements spéciaux). La Chef souhaite nous offrir des repas sains qui favorisent une alimentation saine et diversifiée.

Quelques petits rappels :

- ◇ Veuillez noter que les menus peuvent changer sans préavis.
- ◇ Un fruit ou une salade de fruit ou un yogourt ou autre sera disponible sur place pour ceux qui ont acheté le repas, s'ils le désirent. Il y aura une rotation faite durant la semaine en ce qui concerne l'offre faite (une journée un fruit, une journée un yogourt, etc.).
- ◇ La commande se fait par SchoolCash. Tout changement après la date et l'heure butoirs ne sera pas accepté.
- ◇ Veuillez noter que les aliments préparés peuvent avoir été en contact, ou contenir les ingrédients suivants : lait, œuf, poisson et fruits de mer.

Menu de la semaine

25 au 29 octobre 2021

Lundi 25 octobre

Salade César aux croûtons - Poulet farci au pesto de tomates séchées, poêlée d'orge aux petits légumes

Mardi 26 octobre

[VÉGÉTARIEN] Soupe de nouilles aux panais et tomates - Hachis parmentier végétal

Mercredi 27 octobre

Salade de légumineuses - Filet de poisson, purée de carotte à l'orange

Jeudi 28 octobre

[VÉGÉTARIEN] Soupe Thaï aux vermicelles de riz, gingembre et lait de coco - Frittata aux courgettes et au parmesan, tomates rôties à l'ail et aux herbes

Vendredi 29 octobre

Quiche provençale et salade Californienne - Croquettes de poissons à la coriandre, patates douces rôties aux herbes