

### JANVIER 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2/1  <p style="text-align: center;"><b>Jour de l'an (Commémoré)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Écoles et bureaux fermés</b></p>	3/1 - Bagel au fromage et à la pizza+  - Jambon et fromage de dinde sur croissant  <p style="text-align: center;"><b>- Produit limité -</b></p> - Pommes de terre en forme d'emoji - Brocoli à la vapeur  - Bouchées d'ananas Lait liquide	4/1 - Fiesta Nachos <sup>1</sup>  - Roulé de bacon de dinde et fromage  - Maïs doux à la vapeur - Haricots noirs assaisonnés - Coupe de Salsa Red Gold  - Coupe de poires en dés Lait liquide	5/1 - Sandwich au pâté de poulet  - Sandwich italien à la dinde et au fromage  - Plateau de salade de poulet avec craquelins savoureux - Haricots au four végétariens - Bâtonnets de céleri  - Pomme fraîche en tranches Lait liquide	6/1 - Sandwich au filet de poisson ou Papusa au haricots et fromage+  - Salade de poulet sur croissant  - Yaourt, bâtonnet de fromage et fruits avec craquelins savoureux - Frites de patate douce - Petits pois et carottes à la vapeur - Coupe de Salsa Red Gold - Coupe de fruits assortis Lait liquide
9/1 - Nuggets de poulet avec gaufres  - Sandwich italien à la dinde et au fromage - Plateau de salade d'œufs et de fromage avec des craquelins savoureux - Plantains au four - Mélange de légumes à la vapeur  - Mandarine Oranges Lait liquide	10/1 - Sandwich au fromage grillé <u>ou</u> Tamale au chili vert et au fromage+ - Jambon et fromage de dinde sur petit pain - Plateau de salade de poulet popcorn avec craquelin savoureux - Soupe de tomate - Légumes mélangés style California à la vapeur - Coupe de Salsa Red Gold - Pomme fraîche en tranches Lait liquide	11/1 - Poulet à l'orange et mandarine avec riz brun pilaf aux légumes - Sandwich à la dinde et au fromage - Plateau de salade de poulet avec craquelins savoureux  - Brocoli à la vapeur - Carottes à la vapeur  - Coupe de fruits assortis Lait liquide	12/1 - Café Burger <sup>1</sup> sur petit Pain  - Salade de poulet sur croissant  - Plateau de yaourt, bâtonnets de fromage et salade de fruits avec craquelins savoureux - Pommes de terre en forme d'emoji - Salade de chou crémeuse  - Quartiers d'orange fraîche Lait liquide	13/1 - Saucisse à la dinde sur pain  - Jambon et fromage de dinde sur petit pain - Plateau de légumes et fromage avec craquelins savoureux  - Haricots au four végétariens - Bâtonnets de céleri  - Coupe de fruits surgelés Lait liquide
16/1  <p style="text-align: center;"><b>Martin Luther King, Jr. Jour férié</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Écoles et bureaux fermés</b></p>	17/1 - Pâtes Cavatappi aux 3 fromages avec poulet en dés  - Jambon et fromage de dinde sur petit pain  - Plateau de salade du chef avec des craquelins savoureux  - Brocoli à la vapeur - Fresh Cut Concombres et tomates - Pomme fraîche en tranches Lait liquide	18/1 - Pilaf de poulet avec riz pilaf aux légumes  - Sandwich à la dinde et au fromage  - Plateau de salade de poulet avec craquelins savoureux  - Plantains au four - Feuilles de chou vert assaisonnées - Coupe de fruits assortis Lait liquide	19/1 - Pépites de maïs à la dinde <u>ou</u> Tamale au chili vert et fromage+ - Salade de poulet sur croissant  - Plateau de légumes et fromage avec craquelins savoureux - Haricots au four végétariens - Maïs doux à la vapeur - Coupe de Salsa Red Gold - Quartiers d'orange fraîche Lait liquide	20/1 - Café Burger <sup>1</sup> sur petit Pain  - Jambon et fromage de dinde sur petit pain  - Plateau de salade de poulet popcorn avec craquelin savoureux  - Frites à coupe ondulées - Salade toscane de chou kale  - Poire fraîche Lait liquide
23/1 - Pizza au fromage 4 x 6+  - Sandwich italien à la dinde et au fromage - Plateau de salade d'œufs et de fromage avec des craquelins savoureux - Légumes mélangés style California à la vapeur - Mini carottes  - Mandarine Oranges Lait liquide	24/1 - Nachos doux au boeuf et au fromage <sup>1</sup> - Jambon et fromage de dinde sur petit pain  - Plateau de salade du chef avec des craquelins savoureux  - Bouchées de pomme de terre - Mélange de légumes à la vapeur - Coupe de Salsa Red Gold - Pommes fraîches en tranches Lait liquide	25/1 - Filets de poulet/gaufres  - Sandwich à la dinde et au fromage  - Plateau de salade de poulet fiesta avec craquelins savoureux  - Frites de patate douce - Haricots au four végétariens  - Coupe de fruits assortis Lait liquide	26/1 - Poulet Teriyaki avec riz brun  - Sandwich italien à la dinde et au fromage  - Plateau de légumes et fromage avec craquelins savoureux - Brocoli à la vapeur - Carottes à la vapeur  - Oranges fraîches Lait liquide	27/1 - Sandwich au filet de poisson ou Papusa au haricots et fromage+ - Jambon et fromage de dinde sur petit pain  - Pack de yaourt, fruit et fromage avec craquelins savoureux+  - Pommes de terre en forme d'emoji - Cabbage Salade de chou - Coupe de Salsa Red Gold - Pot de compote de pommes Lait liquide
30/1 - Macaroni & fromage+  - Sandwich italien à la dinde et au fromage - Plateau de salade d'œufs et de fromage avec des craquelins savoureux - Brocoli à la vapeur - Fresh Cut Concombres et tomates - Mandarine Oranges Lait liquide	31/1 - Pilaf de poulet avec riz pilaf aux légumes - Jambon et fromage de dinde sur petit pain - Plateau de salade du chef avec des craquelins savoureux  - Plantains au four - Feuilles de chou vert assaisonnées - Pomme fraîche en tranches Lait liquide	<p style="text-align: center;"><b><u>Le déjeuner complet des élèves comprend :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choix de plat principal (viande/substitut de viande et céréale),</li> <li>• Jusqu'à deux portions de légumes,</li> <li>• Un choix d'une portion de fruit, et</li> <li>• Un choix d'une portion de lait</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>Disponible chaque jour :</u></b></p> - Sandwich au beurre de cacahuètes et à la gelée avec un bâtonnet de fromage Salade jardinière Fruits de saison frais <b>assortis</b> Coupe de fruits <b>assortis</b> Le lait <b>assorti</b> comprend du lait sans matière grasse (chocolat, fraise, blanc nature) et du lait blanc à 1 % à faible teneur en matière grasse Lait blanc 100% jus de fruit offert les mardis et jeudis. <b>Remarque :</b> Les élèves se verront offrir un produit céréalier supplémentaire avec les sandwichs de charcuterie froide. L'élève n'est PAS obligé de prendre les céréales supplémentaires	

*L'USDA et le MSDE sont des fournisseurs d'égalité des chances.*

*Allez sur [MealViewer.com](http://MealViewer.com) pour obtenir les menus les plus récents - Le menu est susceptible d'être modifié.*