

## CANTINE

L'école offre à ceux qui le désirent un service de cantine. Afin de veiller à la qualité de la nourriture offerte, la Commission scolaire fait respecter une politique de nutrition et une diététiste s'occupe de vérifier la qualité des menus.

### **Si tu dînes à l'école :**

La cantine offre un repas complet à prix modique. Ce repas comprend une soupe, un plat principal, un pain, un dessert et un breuvage. **Un repas complet est offert au coût de 6,30 \$.** Également, **tu peux acheter un livret de dix coupons au montant de 60,50 \$ à la cantine.**

### **Si tu apportes ton dîner :**

Tu peux quand même te procurer quelques mets d'accompagnement (soupe, dessert, breuvage et fruit).

### **Voici quelques règles que tu devras observer quand tu seras à la cantine et à la cafétéria :**

- ♦ Pour le bien de tous, la PROPRETÉ et le calme sont de mise;
- ♦ Attends patiemment que ton tour vienne sans prendre la place des autres;
- ♦ Pendant la période du dîner, la nourriture **est permise seulement à la cafétéria et à l'agora**. La nourriture (collation) est permise sur les étages pendant les pauses.
- ♦ À la fin du repas, dépose ton cabaret à l'endroit approprié;
- ♦ UTILISE LES POUBELLES ET LE RECYCLAGE pour jeter les papiers et les déchets;
- ♦ **LAISSE TA PLACE PROPRE.** Utilise le papier et le détergent qui sont à ta disposition si nécessaire;
- ♦ Les sacs à dos, sacoches et manteaux sont interdits dans l'espace de service.


**P.S : Pour le 2<sup>e</sup> cycle, la possibilité de dîner à l'extérieur de l'école est un privilège. Pour un manquement à un règlement, l'élève pourra perdre ce privilège pour un certain temps.**

## Cafétéria liste de prix secondaire 2018-2019

Aliments	Format	Prix de vente	Aliments	Format	Prix de vente
Article mono-usage	Unité	0,10 \$	Lait de soya saveurs assorties	200 ml	1,75 \$
Assiette de fruits frais (en saison)	Unité	1,30 \$	Lait moustache saveurs variées	375 ml	2,60 \$
Assiette mono-usage	9"	0,15 \$	Lait nature 2%	200 ml	1,25 \$
Papiers mouchoir	Unité	1,00 \$	Lait nature 2%	500 ml	1,75 \$
Bagel fromage à la crème	85 gr. / 18 gr.	2,50 \$	Légumes cuits/riz ou substitut	125 ml	0,85 \$
Biscuits Praeventia / céréales Cheerios	20 gr. / 30 gr.	1,45 \$	Livret (10 coupons repas) passeport	Repas complet	60,50 \$
Biscuits soda/toast melba/biscuits secs	pqt de 2	0,30 \$	Maïs grillé	48 gr.	1,50 \$
Brioche , Danoise cerise/yogourt grec	105 g	1,95 \$	Margarine en portion	7 gr.	0,25 \$
Comptoir à salade	100 gr.	1,70 \$	Mini-craquelins au fromage (poissons)	14 gr.	0,75 \$
Condiments variés, en portion	Unité	0,25 \$	Mini Ritz au fromage	70 gr.	1,90 \$
Craquelins cuits au four	32 à 50 gr.	1,50 \$	Pattes d'ours	45 gr.	1,40 \$
Craquelins et fromage	29 gr.	1,35 \$	Muffin à base de céréales	125 gr.	1,90 \$
Crème glacée/sundae/sorbet/sandwich	100 ml / 120 ml	1,35 \$	Muffin à base de céréales bris. 70%	125 gr.	2,05 \$
Crudités	130 gr.	1,50 \$	Pain et margarine	55 gr. / 7 gr.	0,85 \$
Dessert du jour	6cm x 8cm x 5cm	1,30 \$	Pizza fromage brushetta	Unité	2,90 \$
Dessert à la carte	Unité	2,00 \$	Pouding au lait	125 ml	1,30 \$
Eau de source	500 ml	1,15 \$	Repas complet secondaire et centre	3 items	5,90 \$
Fromage en portion individuelle	20 à 30 gr.	1,20 \$	Repas complet secondaire et centre	4 items	6,05 \$
Fromage et raisin	85 gr.	1,85 \$	Repas complet secondaire et centre	5 items	6,30 \$
Fruits frais	moyen/unité	1,30 \$	Repas principal secondaire et centre	Unité	4,45 \$
Galette à la farine d'avoine emballée	50 gr.	1,00 \$	Salade de fruits	125 ml	1,30 \$
Galette de riz soufflé	14 gr.	0,45 \$	Salade de pâtes	150 ml	1,25 \$
Galette maison avoine	80 gr.	1,40 \$	Sandwich gourmet	75 gr. De protides	3,50 \$
Galette maison avoine/brisures	80 gr.	1,60 \$	Sandwichs variés	45 gr. De protides	3,00 \$
Gelée aux fruits	125 ml	1,30 \$	Soupe avec biscuit soda	170 ml	1,15 \$
Grissol	20 gr.	0,30 \$	Soupe avec biscuit soda	285 ml	1,50 \$
Jus de fruits pur 100 %	200 ml	1,25 \$	Yogourt tube	60 gr.	1,20 \$
Jus de fruits pur 100 %	300 ml	1,75 \$	Yogourt et céréales (YO-CÉ)	260 ml	2,70 \$
Jus Dôle pur 100 %	340 ml	1,85 \$	Yogourt,céréales,brisures choco. 70%	260 ml	3,00 \$
Jus Dôle pur 100 %	450 ml	2,75 \$	Yogourt, saveurs variées	100 gr.	1,25 \$
Lait au chocolat 1%	200 ml	1,35 \$	Yogourt à boire	200 ml	1,60 \$
Lait au chocolat 1%	500 ml	2,45 \$	Eau Perrier	500 ml	2,35 \$

**MENU ÉCOLE SECONDAIRE 1 REPAS 2018-2019**

« Une révision du menu sera effectuée en janvier 2019 »

<b>Semaine 1: 27 aout, 24 septembre, 22 octobre, 19 novembre, 17 décembre, 28 janvier, 25 février, 1 avril, 29 avril, 27 mai</b>				
<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
Velouté de chou-fleur  **Omelette au fromage Salade, tomates et pita rôti	Soupe poulet et alphabets  Hamburger steak Purée de PDT/Petits pois et carottes	Soupe tomate basilic et riz  Sandwich fromage fondu et jambon Salade du chef	Soupe du jour  Fusillis sauce à la viande* Salade César	Soupe aux pois Pizza garnie (pepperoni et fromage)** Salade de laitue et de concombres
<b>Semaine 2 : 3 septembre, 1 octobre, 29 octobre, 26 novembre, 7 janvier, 4 février, 11 mars, 8 avril, 6 mai, 3 juin</b>				
<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
Soupe poulet, légumes et riz  Côtes levées sur sous-marin Salade du chef	Velouté de maïs  **Pita à l'italienne* Salade de chou et carottes	Soupe tomates et anneaux florentine  Croquettes de poisson cuites au four Couscous / Légumes du jour	Soupe cultivateur (aux légumes)  Spaghetti sauce à la viande * Salade du chef	Crème de poulet  Hamburger de poulet cuit au four Légumes, salade et tomate
<b>Semaine 3 : 10 septembre, 8 octobre, 5 novembre, 3 décembre, 14 janvier, 11 février, 18 mars, 15 avril, 13 mai, 10 juin</b>				
<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
Soupe minestrone  Saucisses rôties Purée de PDT/Légumes cocktail	Velouté de carottes  Croquettes de poulet cuites au four Riz et légumes	Soupe poulet et nouilles Crêpes au jambon Sauce fromage brocoli** Salade du chef	Soupe du jour  Pennes sauce à la viande* Salade du chef	Soupe aux pois *Pizza tex-mex** (Viande assaisonnée et fromage) Salade de laitue et de concombres
<b>Semaine 4 : 17 septembre, 15 octobre, 12 novembre, 10 décembre, 21 janvier, 18 février, 25 mars, 22 avril, 20 mai, 17 juin</b>				
<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
Potage Parmentier  Croustillant de poisson Couscous / Mélange du jour Citron et sauce tartare	Soupe Won-ton  **Burger Michigan* Salade du Chef	Soupe jardinière  **Fajitas au poulet salade du chef	Crème de poulet  **Pâtes gratinées sauce à la viande* Salade verte / garniture carottes	Soupe aux tomates et étoiles  **Hamburger au bœuf Triangle de fromage Salade, tomates et concombres
* Contient porc et légumineuses ** Contient des protéines de soya	<b>Aucun crédit ne peut être accepté</b>			<b>Desserts du jour</b>
<b>En cas de congé ou de fermeture d'école, le menu pourrait être déplacé.</b>				Fruit du jour Salade de fruits Gelée aux fruits Pouding au lait
<b>Repas complet : Soupe, pain, plat principal, dessert du jour, jus 200 ml ou eau 500 ml ou berlingot de lait 2%</b>				Galette à l'avoine (50 gr.)
<b>Repas complet 5 items: 6,30 \$ Repas complet 4 items: 6,05\$ Repas complet 3 items: 5,90\$</b>				
<b>Livret de 10 coupons, repas complet au prix de 60,50\$, disponible à la cafétéria et en ligne au <a href="http://www.nutrideli.ca">www.nutrideli.ca</a></b>				
				
<b>Suivez-nous sur Facebook</b>				