


MENU DE LA SEMAINE


Semaine n° 1


Date : 08/28/2023

Choix entre la soupe ou la salade du jour

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 
1er choix de plat principal	Sauté de boeuf sauce teriyaki	Boulette de viande, sauce tomate	Wrap au poulet, bacon et César	Lasagne à la viande	Fish & Chips
2ème choix de plat principal	Légumes du jour et tofu 	Boulettes végétariennes, sauce tomate 	Wrap végétarien et césar 	Lasagne aux légumes, sauce marinara 	Rouleaux impériaux 
Féculents	Riz basmati	Purée de pommes de terre	Inclus
Légumes	Inclus	Inclus	Inclus	Inclus	Salade de chou
Salade	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour

 Plat végétalien

 Plat végétarien

 Le dessert du jour est inclus avec le repas



SÉMINAIRE du Sacré-Cœur



MENU DE LA SEMAINE

Choix entre la soupe ou la salade du jour

Semaine n° 2

Date : 09/05/2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 
1er choix de plat principal	Sous-marin à la dinde	Burrito au boeuf	Jambon à l'ananas	Burger de poisson	Hamburger steak, sauce brune
2ème choix de plat principal	Sous-marin à l'aubergine 	Burrito aux légumes 	Omelette aux trois fromages 	Tofu sauté 	Burger végétarien, sauce brune 
Féculents	Patates grecques	Riz basmati à la coriandre et lime	Purée de pommes de terre	Pommes de terre Grelot rotie	Frites de pommes de terre
Légumes	Inclus	Inclus	Carottes persillées	Poivrons rôtis	Poivrons et oignons épicés
Salade	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour



Plat végétalien



Plat végétarien



Le dessert du jour est inclus avec le repas



SÉMINAIRE
du Sacré-Cœur

sodexo
CAMPUS

MENU DE LA SEMAINE

Choix entre la soupe ou la salade du jour

Semaine n° 3

Date : 09/11/2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 
1er choix de plat principal	Pad Thaï au poulet	Filet de poisson	Macaroni à la viande au gratin	Sandwich chaud au poulet et sauce brune	Burger de poulet
2ème choix de plat principal	Pad Thaï végétarien 	Tofu sauté 	Macaroni, sauce tomate au gratin 	Légumes sauté 	Burger végétarien 
Féculents	Inclus	Salade de couscous	...	Pommes de terre grelots à l'ail	Mini poutine
Légumes	Inclus	Brocolis sautés à l'ail	...	Petits pois aux herbes	Salade de chou
Salade	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour



Plat végétalien



Plat végétarien



Le dessert du jour est inclus avec le repas



SÉMINAIRE
du Sacré-Cœur

sodexo
CAMPUS


MENU DE LA SEMAINE


Semaine n° 4


Date : 09/18/2023

Choix entre la soupe ou la salade du jour

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 
1er choix de plat principal	Ravioli à la viande	Pâté au poulet	Spaghetti sauce à la viande	Boulettes de porc, sauce teriyaki	Pizza pepperoni et fromage
2ème choix de plat principal	Raviolis au fromage 	Pâté végétarien 	Spaghetti sauce aux légumes 	Boulettes végétariennes 	Pizza végétarienne 
Féculents	Pain à l'ail	Purée de pommes de terre	Pain à l'ail	Riz basmati à la coriandre et lime	...
Légumes	Inclus	Inclus	Salade du jardin	Légumes à l'asiatique	Salade César
Salade	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour

 Plat végétalien

 Plat végétarien

 Le dessert du jour est inclus avec le repas



SÉMINAIRE du Sacré-Cœur



MENU DE LA SEMAINE

Semaine n° 5

Date : 09/25/2023

Choix entre la soupe ou la salade du jour

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 	Soupe du Chef 
1er choix de plat principal	Rotini aux légumes et saucisses italiennes	Assiette chinoise (rouleau, poulet, riz)	Burger de saumon	Veau, sauce crèmeuse	Croquettes au poulet et frites
2ème choix de plat principal	Rotini aux légumes, sauce rosée 	Rouleaux impériaux 	Burger végétarien 	Sauté de tofu 	Croquettes végétariennes 
Féculents	Inclus	Riz chinois	Patates grecques	Penne sauce Alfredo	Mini poutine
Légumes	Inclus	Inclus	Salade de tomates et concombres	Inclus	Salade de chou
Salade	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour	Salade du jour



Plat végétalien



Plat végétarien



Le dessert du jour est inclus avec le repas



SÉMINAIRE
du Sacré-Cœur

sodexo
CAMPUS