

# MENU DE LA SEMAINE

Choix entre la soupe ou la salade du jour

Semaine n° 1

Date : XX/08/2022

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe de poulet et nouilles	Crème de brocolis 	Soupe de tomates et riz 	Velouté de céleri 	Soupe de légumes 
1er choix de plat principal	Assiette de rôti de bœuf braisé aux légumes	Pain de viande au porc, sauce tomate	Wrap poulet et César et salade de pâtes	Lasagnes à la viande	Fish & Chips
2ème choix de plat principal	Bouilli de légumes 	Pain de viande végétarien, sauce poivre 	Wrap végétarien et salade de pâtes 	Lasagnes aux légumes, sauce marinara 	Rouleaux impériaux 
Féculents	Inclus	Purée de pommes de terre	...	...	Frites de pommes de terre
Légumes	Inclus	Haricots verts, sauce citron et ail	Maïs grillé et petits pois	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 : XX/09/2022

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Velouté de panais 	Soupe de poulet et orge	Crème de carottes et gingembre 	Soupe de boeuf et alphabets	Crème de légumes 
1er choix de plat principal	Sous-marin à la dinde	Fajitas au boeuf	Jambon à l'ananas	Filet de morue aux herbes fraîches	Hamburger steak, sauce brune
2ème choix de plat principal	Sous-marin végétarien 	Fajitas aux légumes 	Omelette au fromage 	Pâtes aux légumes 	Hamburger végétarien, sauce brune 
Féculents	Patates grecques aux fines herbes	Riz blanc assaisonné	Purée de pommes de terre	Inclus	Frites de pommes de terre
Légumes	Inclus	Duo de haricots sautés au beurre	Légumes mexicains	Inclus	Champignons, poivron et set 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 : XX/09/2022

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe minestrone	Crème de champignons 	Soupe de poulet et légumes	Crème de brocolis 	Soupe de bœuf et orge
1er choix de plat principal	Sauté de porc aux légumes à l'asiatique	Pâté au saumon, sauce aux œufs	Macaroni à la viande au gratin	Pâté chinois	Hamburger de poulet
2ème choix de plat principal	Tofu aux légumes à l'asiatique 	Pâté aux patates, sauce aux œufs 	Macaroni, sauce tomates au gratin 	Pâté chinois végétarien 	Hamburger végétarien 
Féculents	Nouilles aux œufs	...	...	...	Mini poutine
Légumes	Inclus	Brocolis au beurre	...	Betteraves marinées	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 : XX/09/2022

Choix entre la soupe ou la salade du jour

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Crème de légumes 	Soupe florentine de tomates et riz 	Crème de tomates et poivrons rouges rôtis	Soupe de poulet et alphabets	Crème d'épinards 
1er choix de plat principal	Filet de goberge, panure légère	Pâté au poulet	Spaghetti sauce à la viande	Boulettes de porc teriyaki	Pizza pepperoni et fromage
2ème choix de plat principal	Frittata de légumes 	Pâté végétarien 	Spaghetti sauce aux légumes 	Boulettes végétariennes 	Pizza végétarienne 
Féculents	Pommes de terre Grelot	Purée de pommes de terre	Pain à l'ail	Riz blanc	...
Légumes	Duo de haricots verts au beurre	Brocolis au beurre	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

Choix entre la soupe ou la salade du jour

Semaine n° 5

Date : XX/09/2022

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Soupe / potage du jour	Soupe de bœuf et riz	Soupe won-ton	Soupe de légumes du jardin 	Crème de brocolis 	Soupe de tomates et alphabet 
1er choix de plat principal	Chili mexicain	Assiette chinoise (eggrolls, boule de poulet)	Hamburger de poisson	Rotini légumes et saucisses italiennes	Assiette de pépites de poulet et frites
2ème choix de plat principal	Chili végétarien 	Rouleaux impériaux 	Hamburger végétarien 	Rotini sauce rosée aux légumes 	Pépites végétariennes 
Féculents	Riz blanc	Riz chinois ou nouilles chinoises	Pommes de terre grecques aux fines herbes	...	Mini poutine
Légumes	Maïs grillé et petits pois	Chou-fleur vapeur	Salade du jardin	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