

CAFÉ DES ÉCOLES SECONDAIRES

2017—2018

CHOIX PRINCIPAUX

Certaines sélections parmi les aliments ci-dessous peuvent figurer sur la carte du jour.

LUNDI	CAL
Poulet au Cari+ Bol de Riz GC	326
Cheeseburger~ avec Bacon* sur Pain à Bretzel GC avec Rondelles d'Oignon GC	551
Pizza GC Ronde au ^Fromage ou +Pepperoni	330-350
Pépites GC de Poulet ou Épicés+ avec Petit Pain Complet	307-320
Hamburger~ ou Cheeseburger~ sur Petit Pain Complet	270-288
Patty GC au Poulet+ sur Petit Pain Complet	400
Pépites de Poulet GC+ avec Petit Pain Complet	329

MARDI	CAL
Pâtes au Fromage avec Pépites de Poulet+ GC & Petit Pain Complet	569
Tacos au Bœuf Coréen~ avec Salade de Brocoli	451
Pizza GC pour les Carnivores~* ou Pizza GC Suprême~*	349-370
Croquettes au Fromage GC^ avec Sauce Marinara	456
Croque Monsieur sur Pain Plat GC^	243
Patty GC au Poulet Épicé+ sur Petit Pain GC	341
Sandwich Club GC au Poulet Épicé*+ sur Pain à Bretzel	409

MERCREDI	CAL
Mini Tacos GC au Poulet+	305
Boulettes de Viande Teriyaki~ avec Riz aux Légumes GC	375
Sub GC aux Boulettes de Viande	337
Pépites GC de Poulet ou Épicés+ avec Petit Pain Complet	307-320
Burger au Fromage~ sur Petit Pain Complet	310
Hot Dog+ sur Petit Pain Complet	312
Patty GC au Poulet+ sur Petit Pain Complet	400
Pépites de Poulet GC+ avec Petit Pain Complet	329

JEUDI	CAL
Steak & Fromage Philly~ avec Oignons & Poivrons & Rondelles d'Oignon GC	582
Mini Croquettes de Poulet GC au Sriracha avec Sauce aux Épinards et Fromage & Chips Tortilla GC	391
Pizza GC pour les Carnivores~* ou Pizza GC Suprême~*	349-370
Croquettes au Fromage GC^ avec Sauce Marinara	456
Croque Monsieur sur Pain Plat GC^	243
Patty au Poulet Épicé+ GC sur Petit Pain Complet	341
Club GC au Poulet Épicé*+ sur Pain à Bretzel GC	468

VENDREDI	CAL
Nachos GC au Bœuf~ avec Sauce Fromage	422-453
Pain Plat GC au Poulet & Sauce Ranch au Bacon+*	455
Pizza GC Rond au ^Fromage ou +Peppéroni	330-350
Pépites GC de Poulet ou Épicés+ avec Petit Pain Complet	307-320
Hamburger~ ou Cheeseburger~ sur Petit Pain Complet	270-288
Patty GC au Poulet+ sur Petit Pain Complet	400
Pépites de Poulet GC+ avec Petit Pain Complet	329

SANS VIANDE

	CAL
Fromage^ à Emporter avec Bretzel GC	260
Houmous & Fromage^ à Emporter avec Biscuits Secs GC	380
Houmous^V à Emporter avec Biscuits Secs GC	440
Yaourt et Bagel GC^ à Emporter avec Fromage à la Crème	376
Grand Parfait GC^ au Fruit & Yaourt à Emporter	438-489
Sandwich au Beurre d'Arachide & Confiture^P avec Collation de Fromage^	459
Croque Monsieur sur Pain Plat GC^	243

SANDWICHES FROIDS

TOUS LES SANDWICHES SUB ET CLASSIQUES SONT SERVIS SUR LE PAIN COMPLET			
Sub de Charcuterie+	292	Jambon*	242
Sub au Jambon & Fromage*	315	Jambon & Fromage*	244
Poulet Jambon & Fromage+	286	Dinde+	241
Sub aux Légumes et Gruyère^	252	Salade de Dinde+	375
		Salade à l'Œuf^	342
		Salade au Thon	232

SOUPES

Céréales Anciennes avec	Brocoli et Fromage	205
Poulet et Légumes	Chili	193
Bœuf et Nouilles GC aux Légumes		116

FRUITS + LÉGUMES

Mini-carottes	30	Rondelles d'Oignon	
Petite Salade Caesar	92	(uniquement pour les adultes)	200
Fruits Frais	30-90	Laitue Râpée &	
Coupe de Fruit	50-80	Tomates Découpées	13
Sorbet aux Fruits	60	Pommes de Terre	74-140
Légumes Frais	20-25	Pois Chiches Grillés	160
Houmous^V	202	Petite Salade	19
Sauce Marinara	64		

CÉRÉALES

Petits Pains Complets	140-180	Pain au Bretzel GC	160
Biscuits Salés GC	100	Riz GC	103
Pain Complet GC	70	Biscuits Secs GC	200
Chips Pita GC	160	Chips Tortillas GC	110

SALADES PRINCIPALES

Salade Caesar au Poulet+	384	Salade Méditerranée	
Salade au Poulet Épicé GC+	346	Végétalienne	329
Salade de Taco~	450	Salade à l'Œuf/au Fromage^	334

PRIX DES REPAS

payé	\$2.80
à prix réduit	\$.40

Le repas comprend un plat principal, un assortiment de fruits, des légumes, et du lait.

Des informations concernant les Nutriments et les Allergènes sont disponibles à:

www.montgomeryschoolsmd.org/departments/foodserv/menus/allergen.aspx

Les repas scolaires répondent aux normes de nutrition établies par l'United States Department of Agriculture pour le National School Lunch Program.

Les menus sont susceptibles de changer.

Indications: ~ Bœuf ^ Sans Viande P Arachides *Porc + Volaille
§ Crevettes ^Végétalien GC aux Grains Complets

Cette institution est un fournisseur et employeur souscrivant au principe d'égalité d'accès à l'emploi.