

MENU DU SECONDAIRE

MAI 2022

La Division de l'alimentation et la nutrition et les services de nutrition (DFNS) de MCPS subissent actuellement l'impact des problèmes de chaîne d'approvisionnement à l'échelle nationale, qui ont provoqué des changements soudains de menu. Le DFNS s'engage à fournir des repas nutritifs et de qualité à ses élèves. Afin de minimiser l'impact de ces changements, le DFNS prend actuellement des mesures de précaution, notamment en rationalisant les options de menu. Nous vous remercions de votre compréhension et votre patience pendant cette période.

LUNDI 09/05/22			MARDI 10/05/22			MERCREDI 11/05/22			JEUDI 12/05/22			VENDREDI 13/05/22		
PETIT-DÉJEUNER														
	CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.
Mini Pancakes et sirop Jus de pomme	440 60	97 16	Smoothie au yaourt et Grahams Jus d'orange	260 60	56 13	Bol d'avoine (oatmeal) pomme cannelle Jus de pomme	280 60	38 16	Céréales Jus d'orange	240 60	46 13	Gaufre belge au sirop Jus de pomme	480 60	96 16
DÉJEUNER														
DES FRUITS ET DU LAIT SONT DISPONIBLES À CHAQUE REPAS : FRUIT : Calories 20-127 Glucides 7-33 LAIT : Calories 90-120 Glucides 13-20														
	CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.		CAL	GLUC.
Cuisses de poulet rôti et petit pain	390	41	Enchiladas au fromage en sauce	341	29	Mini-calzones au fromage et sauce marinara	315	46	Sandwich Philly au poulet	331	30	Nachos~ et sauce salsa, salade & tomates	499	48
Nuggets de poulet Buffalo ^V et petit pain	393	57	Bol végétarien ^V	581	89	Hamburger végétarien ^V	280	37	Nuggets de poulet Buffalo ^V et petit pain	393	57	Chili végétalien ^V et chips tortilla	541	76
Hamburger ou Cheeseburger~	319-337	29-30	Hamburger au poulet, normal ou épicé	340-342	37	Hot-dog+	270	28	Pizza au fromage ou pepperoni+~	320-365	36	Hamburger au poulet, normal ou épicé	340-342	37
Salade de poulet épicée	381	36	Pizza au fromage ou pepperoni+~	310-355	31	Sandwich au fromage grillé	287	32	Salade de poulet épicée	381	36	Salade du chef et petit pain	306	11
Courge musquée rôtie	101	15	Bâtonnets de celeri et tomates cerise à la sauce Ranch	11/55	2/3	Petites carottes et houmous	35/105	8/18	Bâtonnets de céleri et tomates cerise, houmous	11/110	2/18	Courge musquée rôtie	101	15
Petites carottes avec sauce Ranch	35/55	8/3	Maïs grillé	107	19	Haricots verts grillés	50	7	Brocoli à l'ail et fines herbes	70	5	Tranches de concombre et houmous	8/110	2/18
Frites cuites au four	110	17										Frites cuites au four	110	17
Indications alimentaires du menu : Cal = Calories Gluc. = Glucides ~Bœuf *Porc +Volaille ^V Vegan														

Le menu quotidien inclut d'autres choix de plats tels que sandwichs au beurre de cacahuète et confiture, sandwich grillé au fromage, houmous, bagel au fromage à la crème et yaourt ou encore yaourt aux fruits et parfait de granola. Veuillez contacter le directeur de la cafétéria de votre école pour vérifier la disponibilité de vos choix. Nous vous invitons à visiter régulièrement notre site Internet pour consulter les modifications du menu en cas de changement dans l'organisation de l'école.

Le menu est susceptible d'être modifié, selon la disponibilité des produits.

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