

MENU DU SECONDAIRE DE NOVEMBRE 2021

LUNDI 01/11/21		MARDI 02/11/21		MERCREDI 03/11/21		JEUDI 04/11/21		VENDREDI 05/11/21	
CAL		CAL		PETIT-DÉJEUNER		CAL		CAL	
Saucisse de boeuf au sirop d'érable[~]		Yaourt + barre d'avoine^{^CC-EI}	220	Jambon de dinde⁺ fromage sur pain Hawaïen^{CC-EI}	186	PAS D'ÉCOLE		Rouleau à la cannelle^{^CC-EI}	232
Sandwich de pancake^{CC-EI}	143	Jus d'orange	60	Jus de pomme	60			Jus de pomme	60
Jus de pomme	60	Fruit	29-127	Fruit	29-127			Fruit	29-127
Fruit	29-127	Lait	90-120	Fruit	29-127			Lait	90-120
Lait	90-120			Lait	90-120				
DÉJEUNER									
Bouchées de poulet épicé^{+CC} acc. de sauce aux épinards au fromage et sauce Salsa et pain^{CC}	434	Pilon de poulet^{+CC} accomp. de purée de p.d.t. et pain^{CC}	332-402	Mini tacos au boeuf[~] et salade, tomates+ sauce salsa	365	PAS D'ÉCOLE		Nachos[~] de chips tortilla^{CC} + Salsa	422-453
OU		OU		OU				OU	
Nuggets de poulet^v et pain^{CC}	260	Hamburger végétarien^v sur pain complet^{CC}	330-350	Bol végétarien^v	581			Hamburger végétarien^v sur pain complet^{CC}	330-350
Hamburger[~] ou cheeseburger[~] sur pain complet^{CC}	270-288	Pizza ronde^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	330-350	Bouchées de fromage^{^CC} à la sauce marinara	433			Pizza à pâte fourrée^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	320-365
Pizza à pâte fourrée^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	320-365	Steak de poulet frit épicé^{+CC} sur pain de hamburger^{CC}	400	Hot-dog^{+ CC}	310			Steak de poulet frit épicé^{+CC} sur pain de hamburger^{CC}	400
Sandwich froid^{CC}	241-377	Sandwich froid^{CC}	241-377	Sandwich froid^{CC}	241-377			Sandwich froid^{CC}	241-377
Soupe au Chili Con Carne	182	Soupe aux tomates	155	Soupe de poulet aux grains anciens ⁺	149			Soupe au Chili Con Carne	182
Petites carottes avec sauce Ranch	35/55	Frites cuites au four	110	Salade César	8/63			Maïs grillé	107
Pommes de terre assaisonnées	140	Salade d'accompagnement	19	P.d.t dentelées au four	110			Laitue râpée et tomates coupées en dés	13
Salade d'accompagnement	19	Celeri et tomates grappes à la sauce Ranch	9/55	Haricots Ranchero	182			Pommes de terre assaisonnées	140
Fruit	29-127	Fruit	29-127	Fruit	29-127			Fruit	29-127

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.

Les informations sur la nutrition, les allergènes et le gluten sont disponibles sur Internet à l'adresse www.montgomeryschoolsmd.org/departments/food-and-nutrition/wellness-and-nutrition-information/ Veuillez noter que les calories calculées de certains choix principaux peuvent inclure un aliment à céréales complètes compris entre 70 et 180 calories.

Indications alimentaires du menu : ~ Boeuf Cal Calories El Emballage Individuel ^ Végétarien p Cacahuètes (arachides) * Porc + Volaille v Vegan CC = Céréales Complètes

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

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

MENU DU SECONDAIRE DE NOVEMBRE 2021

LUNDI 11/08/21		MARDI 11/09/21		MERCREDI 11/10/21		JEUDI 11/11/21		VENDREDI 11/12/21	
CAL		CAL		PETIT-DÉJEUNER		CAL		CAL	
Saucisse de boeuf au sirop d'érable~ Sandwich de pancake ^{CC-EI} 143	Yaourt + barre d'avoine ^{ACC-EI} 220	Jus d'orange 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Jambon de dinde+ fromage sur pain Hawaïen ^{CC-EI} 186	Mini baguel boeuf fromage ^{ICC-} 235	Rouleau à la cannelle ^{ACC-EI} 232	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120
DÉJEUNER									
Cheeseburger au bacon* au pain complet ^{CC} 380 OU Nuggets de poulet ^v et pain ^{CC} 260 Steak de poulet frit épicé ^{+CC} sur pain de hamburger ^{CC} 400 Pizza à pâte fourrée ^{CC} au fromage [^] ou pepperoni* 320-365 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe au Chili Con Carne 182 Petites carottes avec sauce Ranch 35/55 Pommes de terre assaisonnées 140 Salade d'accompagnement 19 Fruit 29-127	Bouchées de poulet accomp. de mac and cheese ^{+CC} et pain ^{CC} 437 OU Hamburger végétarien ^v sur pain complet ^{CC} 330-350 Pizza ronde ^{CC} au fromage [^] ou pepperoni* 330-350 Hamburger~ ou cheeseburger~ sur pain complet ^{CC} 270-288 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe aux tomates 155 Frites cuites au four 110 Salade d'accompagnement 19 Celeri et tomates grappes à la sauce Ranch 9/55 Fruit 29-127	Poulet + Ravioli asiatique de légumes+ poêlée asiatique au riz végétarien ^{CC} 530 OU Bol végétarien ^v 581 Bouchées de fromage ^{ACC} à la sauce marinara 433 Hot-dog ^{+ CC} 310 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe de poulet aux grains anciens+ 149 Salade César 8/63 P.d.t dentelées au four 110 Haricots Ranchero 182 Fruit 29-127	Poulet Ranch+ bol power 609 OU Nuggets de poulet ^v et pain ^{CC} 260 Hamburger~ ou cheeseburger~ sur pain complet ^{CC} 270-288 Pizza ronde ^{CC} au fromage [^] ou pepperoni* 330-350 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe de courge ^v 324 Frites cuites au four 110 Pois chiches grillés 160 Salade d'accompagnement 19 Fruit 29-127	Nachos~ de chips tortilla ^{CC} + Salsa 422-453 OU Hamburger végétarien ^v sur pain complet ^{CC} 330-350 Pizza à pâte fourrée ^{CC} au fromage [^] ou pepperoni* 320-365 Steak de poulet frit épicé ^{+CC} sur pain de hamburger ^{CC} 400 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe au Chili Con Carne 182 Maïs grillé 107 Laitue râpée et tomates coupées en dés 13 Pommes de terre assaisonnées 140 Fruit 29-127					

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.

Les informations sur la nutrition, les allergènes et le gluten sont disponibles sur Internet à l'adresse www.montgomeryschoolsmd.org/departments/food-and-nutrition/wellness-and-nutrition-information/ Veuillez noter que les calories calculées de certains choix principaux peuvent inclure un aliment à céréales complètes compris entre 70 et 180 calories.

Indications alimentaires du menu : ~ Boeuf Cal Calories EI Emballage Individuel ^ Végétarien p Cacahuètes (arachides) * Porc + Volaille v Vegan CC = Céréales Complètes

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

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

MENU DU SECONDAIRE DE NOVEMBRE 2021

LUNDI 11/15/21		MARDI 11/16/21		MERCREDI 11/17/21		JEUDI 11/18/21		VENDREDI 11/19/21	
CAL		CAL		PETIT-DÉJEUNER		CAL		CAL	
Saucisse de boeuf au sirop d'érable[~]		Yaourt + barre d'avoine^{^CC-EI}	220	Jambon de dinde⁺ fromage sur pain Hawaïen^{CC-EI}	186	Mini baguel boeuf fromage^{ICC-}	235	Rouleau à la cannelle^{^CC-EI}	232
Sandwich de pancake^{CC-EI}	143	Jus d'orange	60	Jus de pomme	60	Jus d'orange	60	Jus de pomme	60
Jus de pomme	60	Fruit	29-127	Fruit	29-127	Fruit	29-127	Fruit	29-127
Fruit	29-127	Lait	90-120	Fruit	29-127	Lait	90-120	Lait	90-120
Lait	90-120			Lait	90-120				
DÉJEUNER									
Bouchées de poulet épicé^{+CC} acc. de sauce aux épinards au fromage et sauce Salsa et pain^{CC}	434	Pilon de poulet^{+CC} accomp. de purée de p.d.t. et pain^{CC}	332-402	MENU DE THANKSGIVING		Enchiladas au fromage sur lit de sauce Enchilada[^] + salsa	366	Nachos[~] de chips tortilla^{CC} + Salsa	422-453
OU		OU		Dinde rôtie à la sauce + sauce de cranberry (canneberge) + haricots verts + farce + purée de p.d.t	417	OU		OU	
Nuggets de poulet^v et pain^{CC}	260	Hamburger végétarien^v sur pain complet^{CC}	330-350	Pizza à pâte fourrée^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	320-365	Nuggets de poulet^v et pain^{CC}	260	Hamburger végétarien^v sur pain complet^{CC}	330-350
Hamburger[~] ou cheeseburger[~] sur pain complet^{CC}	270-288	Pizza ronde^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	330-350	Hot-dog^{+ CC}	310	Hamburger[~] ou cheeseburger[~] sur pain complet^{CC}	270-288	Pizza à pâte fourrée^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	320-365
Pizza à pâte fourrée^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	320-365	Steak de poulet frit épicé^{+CC} sur pain de hamburger^{CC}	400	Sandwich froid^{CC}	241-377	Pizza ronde^{CC} au fromage[^] ou pepperoni⁺	330-350	Steak de poulet frit épicé^{+CC} sur pain de hamburger^{CC}	400
Sandwich froid^{CC}	241-377	Sandwich froid^{CC}	241-377	Salade d'accompagnement	19	Sandwich froid^{CC}	241-377	Sandwich froid^{CC}	241-377
Soupe au Chili Con Carne	182	Soupe aux tomates	155	Fruit	29-127	Soupe de courge ^v	324	Soupe au Chili Con Carne	182
Petites carottes avec sauce Ranch	35/55	Frites cuites au four	110			Frites cuites au four	110	Maïs grillé	107
Pommes de terre assaisonnées	140	Salade d'accompagnement	19			Pois chiches grillés	160	Laitue râpée et tomates coupées en dés	13
Salade d'accompagnement	19	Celeri et tomates grappes à la sauce Ranch	9/55			Salade d'accompagnement	19	Pommes de terre assaisonnées	140
Fruit	29-127	Fruit	29-127			Fruit	29-127	Fruit	29-127

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.

Les informations sur la nutrition, les allergènes et le gluten sont disponibles sur Internet à l'adresse www.montgomeryschoolsmd.org/departments/food-and-nutrition/wellness-and-nutrition-information/ Veuillez noter que les calories calculées de certains choix principaux peuvent inclure un aliment à céréales complètes compris entre 70 et 180 calories.

Indications alimentaires du menu : ~ Boeuf Cal Calories El Emballage Individuel ^ Végétarien p Cacahuètes (arachides) * Porc + Volaille v Vegan CC = Céréales Complètes

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

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

MENU DU SECONDAIRE DE NOVEMBRE 2021

LUNDI 22/11/21		MARDI 23/11/21		MERCREDI 24/11/21		JEUDI 25/11/21		VENDREDI 26/11/21	
CAL		CAL		PETIT-DÉJEUNER		CAL		CAL	
Saucisse de boeuf au sirop d'érable~ Sandwich de pancake ^{CC-EI} 143	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Yaourt + barre d'avoine ^{ACC-EI} 220 Jus d'orange 60 Fruit 29-127 Lait 90-120		Jambon de dinde+ fromage sur pain Hawaïen ^{CC-EI} 186	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	JOUR FÉRIÉ		JOUR FÉRIÉ	
DÉJEUNER									
Cheeseburger au bacon~* au pain complet ^{CC} 380 OU Nuggets de poulet ^v et pain ^{CC} 260 Steak de poulet frit épicé ^{+CC} sur pain de hamburger ^{CC} 400 Pizza à pâte fourrée ^{CC} au fromage^ ou pepperoni* 320-365 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe au Chili Con Carne 182 Petites carottes avec sauce Ranch 35/55 Pommes de terre assaisonnées 140 Salade d'accompagnement 19 Fruit 29-127		Bouchées de poulet accomp. de mac and cheese ^{+CC} et pain ^{CC} 437 OU Hamburger végétarien ^v sur pain complet ^{CC} 330-350 Pizza ronde ^{CC} au fromage^ ou pepperoni* 330-350 Hamburger~ ou cheeseburger~ sur pain complet ^{CC} 270-288 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe aux tomates 155 Frites cuites au four 110 Salade d'accompagnement 19 Celeri et tomates grappes à la sauce Ranch 9/55 Fruit 29-127		Poulet + Ravioli asiatique de légumes+ poêlée asiatique au riz végétarien ^{CC} 530 OU Bol végétarien ^v 581 Pizza à pâte fourrée ^{CC} au fromage^ ou pepperoni* 320-365 Hot-dog ^{+ CC} 310 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe de poulet aux grains anciens+ 149 Salade César 8/63 P.d.t dentelées au four 110 Haricots Ranchero 182 Fruit 29-127	JOUR FÉRIÉ		JOUR FÉRIÉ		

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.

Les informations sur la nutrition, les allergènes et le gluten sont disponibles sur Internet à l'adresse www.montgomeryschoolsmd.org/departments/food-and-nutrition/wellness-and-nutrition-information/ Veuillez noter que les calories calculées de certains choix principaux peuvent inclure un aliment à céréales complètes compris entre 70 et 180 calories.

Indications alimentaires du menu : ~ Boeuf Cal Calories EI Emballage Individuel ^ Végétarien p Cacahuètes (arachides) * Porc + Volaille v Vegan CC = Céréales Complètes

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

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

MENU DU SECONDAIRE DE NOVEMBRE 2021

LUNDI 29/11/21		MARDI 30/11/21		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
CAL		CAL		PETIT-DÉJEUNER		
Saucisse de boeuf au sirop d'érable~ Sandwich de pancake ^{CC-EI} 143	Jus de pomme 60 Fruit 29-127 Lait 90-120	Yaourt + barre d'avoine ^{ACC-EI} 220 Jus d'orange 60 Fruit 29-127 Lait 90-120				
DÉJEUNER						
Bouchées de poulet épicé ^{CC} acc. de sauce aux épinards au fromage et sauce Salsa et pain ^{CC} 434 OU Nuggets de poulet ^v et pain ^{CC} 260 Hamburger~ ou cheeseburger~ sur pain complet ^{CC} 270-288 Pizza à pâte fourrée ^{CC} au fromage^ ou pepperoni ⁺ 320-365 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe au Chili Con Carne 182 Petites carottes avec sauce Ranch 35/55 Pommes de terre assaisonnées 140 Salade d'accompagnement 19 Fruit 29-127	Pilon de poulet ^{CC} accomp. de purée de p.d.t. et pain ^{CC} 332-402 OU Hamburger végétarien ^v sur pain complet ^{CC} 330-350 Pizza ronde ^{CC} au fromage^ ou pepperoni ⁺ 330-350 Steak de poulet frit épicé ^{CC} sur pain de hamburger ^{CC} 400 Sandwich froid ^{CC} 241-377 Soupe aux tomates 155 Frites cuites au four 110 Salade d'accompagnement 19 Celeri et tomates grappes à la sauce Ranch 9/55 Fruit 29-127					

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.

Les informations sur la nutrition, les allergènes et le gluten sont disponibles sur Internet à l'adresse www.montgomeryschoolsmd.org/departments/food-and-nutrition/wellness-and-nutrition-information/ Veuillez noter que les calories calculées de certains choix principaux peuvent inclure un aliment à céréales complètes compris entre 70 et 180 calories.

Indications alimentaires du menu : ~ Boeuf Cal Calories El Emballage Individuel ^ Végétarien p Cacahuètes (arachides) * Porc + Volaille v Vegan CC = Céréales Complètes

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

5351.22.ar · 10.21 · DFNS
Cette institution est un fournisseur souscrivant au principe d'égalité d'accès à l'emploi.

