

École secondaire Le Sommet
Centre de services scolaire des Premières Seigneuries

ANNÉE SCOLAIRE 2022-2023



Semaine 1

22 août 27 fév.
 26 sept. 03 avril
 31 oct. 08 mai
 05 déc. 12 juin
 23 janv.

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Semaine 1 22 août 27 fév. 26 sept. 03 avril 31 oct. 08 mai 05 déc. 12 juin 23 janv.	Crème de poireaux Filet de sole pané, sauce tartare Riz multigrain aux légumes Macédoine de légumes	Soupe aux légumes Lasagne à la viande Salade César	Crème de courge Côtelette de porc provençale Nouilles aux œufs Salade orientale	Soupe bœuf et chou Taquitos au poulet Salade mexicaine	Crème de poulet Casserole de porc à la dijon Pommes de terre en purée Légumes californiens
	Crème de tomate Cuisse de poulet cajun Pommes de terre assaisonnées Salade de chou	Soupe aux pois Raviolis au fromage et épinards, sauce rosée aux poivrons rouges grillés Salade César	Crème de légumes Boulettes de porc sauce chasseur Couscous aux herbes Carottes glacées	Soupe tomates et riz multigrain Pâté chinois Salade du jardin Betteraves marinées	Potage Crécy Mijoté de poulet BBQ Orge pilaf Navets et edamames
	Soupe paysanne Sandwich chaud au poulet Pommes de terre en purée Pois verts	Potage Choisy Spaghetti à la viande Salade César	Soupe minestrone Burger Tennessee Pommes de terre quartiers Salade de carottes	Potage parmentier Pita, pizza, fajitas Laitue, tomate et concombre	Soupe à l'oignon Filet de poisson au pesto et salsa de poivrons grillés Riz multigrain aux herbes Chou-fleur au curcuma
	Potage du Barry Crêpes au jambon et fromage Pommes de terre rissolées Carottes et edamames	Soupe bœuf et orge Pennes Alfredo poulet et pesto Salade César	Crème de céleri Pâté italien Salade du jardin	Soupe fasolàda Pizza double hamburger au fromage Laitue romaine, carottes et chou rouge	Potage Fréneuse Tofu parmigiana Coquilles au pesto Fleurons de brocoli
	Soupe aux légumes Boulettes Stroganoff Nouilles aux œufs Maïs et poivrons	Crème de brocoli Linguines Siciliana Salade César	Soupe orientale Gratin de la mer en croûte Salade d'épinards et radis	Crème de champignons Chili, croustilles de tortillas et crème sure Salade mesclun	Soupe poulet et nouilles Poulet au beurre Vermicelles de riz Légumes soleil levant



Prix du menu du jour

6,85 \$

Économisez en vous procurant des jetons repas

10 jetons : 67,50 \$

Un bon mode de paiement, la « carte Zipthru » disponible à la cafétéria !

Visitez le www.Chartwellsk12.ca pour plus d'informations.

Votre enfant n'aura qu'à se servir de sa « carte Zipthru » pour payer à la caisse.



Les menus sont assujettis à des modifications selon la disponibilité des produits et de la saison.

Liste de prix 2022-2023
École secondaire Le Sommet
C. de S. des Premières-Seigneuries



Déjeuner

	2021-2022	2022-2023	Diff.
Sandwich au fromage fondant en tranche (2)	2,60 \$	2,70 \$	0,10 \$
Demi-bagel fromage-jambon	2,10 \$	2,25 \$	0,15 \$
Muffin format régulier	1,90 \$	2,00 \$	0,10 \$



Menu du jour

Potage/plat principal/dessert/boisson	6,60 \$	6,85 \$	0,25 \$
Plat principal seulement	4,75 \$	4,95 \$	0,20 \$
Extra protéine	3,00 \$	3,15 \$	0,15 \$
Soupe, craquelins	1,45 \$	1,50 \$	0,05 \$
Pain (blé entier)	0,80 \$	0,85 \$	0,05 \$

Desserts

Fruit frais (pomme-orange-banane)	1,10 \$	1,10 \$	- \$
Dessert du jour	1,45 \$	1,50 \$	0,05 \$
Pouding au lait	1,00 \$	1,00 \$	- \$
Yogourt 100 g	1,45 \$	1,50 \$	0,05 \$



Boissons

Lait 200 ml	1,25 \$	1,30 \$	0,05 \$
Lait 473 ml	1,80 \$	1,85 \$	0,05 \$
Lait aromatisé au chocolat 200 ml	1,60 \$	1,75 \$	0,15 \$
Lait aromatisé au chocolat 473 ml	2,55 \$	2,75 \$	0,20 \$
Lait de soya	2,00 \$	2,00 \$	- \$
Café 8 oz	1,65 \$	1,75 \$	0,10 \$
Jus de fruits Oasis	1,25 \$	1,30 \$	0,05 \$
Jus en canette	2,00 \$	2,00 \$	- \$
Eau embouteillée (591ml)	2,00 \$	2,25 \$	0,25 \$
Jus embouteillé (Dole et Tropicana 473 ml 100 % jus pur)	3,00 \$	3,25 \$	0,25 \$



Emporte-moi

Sandwich aux œufs, poulet ou jambon (traditionnel)	2,75 \$	3,00 \$	0,25 \$
Enroulé jambon-fromage	4,50 \$	4,70 \$	0,20 \$
Salade de pâtes trois couleurs et de légumes	3,85 \$	3,95 \$	0,10 \$
Salade César (petit format)	3,00 \$	3,25 \$	0,25 \$
Parfait au yogourt pour le déjeuner	3,10 \$	3,25 \$	0,15 \$
Parfait au yogourt et aux baies	3,10 \$	3,25 \$	0,15 \$
Coupe de fruits	3,25 \$	3,50 \$	0,25 \$
Cubes de fromage et raisins	2,80 \$	2,95 \$	0,15 \$
Galette à l'avoine	1,75 \$	1,95 \$	0,20 \$



Panini du jour

5,25 \$ 5,50 \$ 0,25 \$