

NOUS OFFRONS

À la cafétéria

Le déjeuner de 7 h30 à 9 h30, du lundi au vendredi.

Une variété d'items et un déjeuner complet pour bien commencer la journée.

Ce que comprend le déjeuner complet avec 4 items :

- 2 œufs à la façon du jour, 2 pains dorés ou 2 crêpes
- Bol de céréales avec lait 1 viennoiserie, 1 muffin ou 2 rôties confitures
- 1 yogourt ou 1 fruit
- 2 boissons : lait nature, jus de fruits ou boisson chaude

Le dîner de 11 h30 à 13 h15, du lundi au vendredi

3 choix au menu incluant 1 choix végétarien.

Une variété de plus de 60 mets grâce à un cycle de 4 semaines. Des items en complément de boîte à lunch.

Ce que comprend le repas complet avec 5 items :

- 1 soupe, jus de légumes ou jus de fruits
- 1 plat principal avec légumes du jour, crudités et féculent
- Pain de blé et margarine ou beurre
- 1 choix de dessert : fruit frais, salade de fruits, yogourt, purée de fruits, gelée aux fruits, pouding au lait, galette à l'avoine ou dessert cuisiné.
- 1 boisson : lait nature ou jus de fruits ou boisson chaude

Le souper de 17 h30 à 18 h30, du lundi au jeudi

Des items en complément de boîte à lunch.

Comprend le repas complet avec 5 items comme pour le dîner dans un style unique :

- Un buffet chaud de 3 mets incluant 1 choix végétarien.
- Des items en complément de boîte à lunch.
- Les jeudis festifs (thématiques ex. : mexicaine, italienne)
- Célébrations mensuelles des anniversaires des résidents adhérant à un plan repas
- 4 repas – réceptions réparties sur l'année académique (ex. : cocktail des Fêtes, banquet de fin d'année)

Au café Cactus

De 7 h30 à 16 h30, du lundi au vendredi

Situé au pavillon C, un café étudiant est mis à la disposition des élèves du secondaire V et du collégial pour combler les gros appétits et les petites fringales. Une grande variété de salades, de paninis grillés, de viennoiseries maisons, de boissons froides et chaudes gourmets, de potages, de mets minutes et plus encore.

Bien manger

Notre priorité : encourager le plaisir de manger en donnant aux jeunes de bonnes habitudes alimentaires.

Rythmer

Moments ludiques, nos menus à thème sont toujours des rendez-vous saveurs. Inédits ou traditionnels comme les fêtes du calendrier.

Savourer

Priorité aux menus variés et équilibrés préparés par nos nutritionnistes et nos chefs cuisiniers en fonction de chaque âge, dans le respect de la politique alimentaire du collège.

Priorité

Priorité au bon goût d'une cuisine simple et réduite en sodium et à la fraîcheur, avec des repas cuisinés tous les jours et des achats strictement contrôlés.

PAIEMENT ET INFORMATION

LES PLANS DU COLLÈGE

Payables directement au Service financier au local D2.35. Veuillez libeller votre chèque à l'ordre de : Collège Jean-de-Brébeuf.

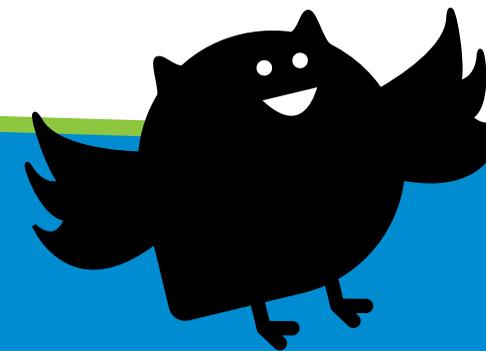
LES PLANS DE SODEXO

Payables directement à la cafétéria au local B1.66 entre 7 h30 et 11 h. Veuillez libeller votre chèque à l'ordre de : Sodexo

Les mets sont sujets à changements sans préavis.

	Prix	Cafétéria		Café Cactus		Conditions			Économies		Payé à	
		Non taxables	Taxable	Disponibilité	À la carte	Sans limites de temps	Durant l'année académique	\$	%	Collège	Sodexo	
Secondaire 1-4	Repas complet du jour	6,49\$		•	•							•
	Carte de 10 repas midis	64,90\$		•		•						•
	Carte de repas midis annuelle	1 112,95\$		•			•	55,80\$	4,6%	•		
	Carte Express: comprend collations, compléments boîtes à lunch et repas.	Par tranche de 100\$		•		•						•
Secondaire 5 et collégial	Repas complet du jour	6,49\$		•	•							•
	Carte de 10 repas midis	64,90\$		•		•						•
	Carte de repas midis annuelle (sec. 5)	1 112,95\$		•			•	55,80\$	4,6%	•		
	Carte de repas midis par session (collégial)	504,90\$		•			•	91,00\$	17,8%	•		
	Plan 3 repas annuel (sec. 5)	2 585,45\$		•			•	460,21\$	17,8%	•		
	Plan 3 repas par session (collégial)	1 178,10\$		•			•	209,70\$	17,8%	•		
	Carte Express: comprend collations, compléments boîtes à lunch et repas.	Par tranche de 100\$		•		•						•

Étudiants du secondaire 5 et les élèves du collégial: informez-vous auprès de la compagnie Sodexo sur le tout nouveau programme de carte Flexi-Express de Sodexo. Annuelle ou par session, NON-TAXABLE à utiliser au café Cactus. Des conditions s'appliquent.



**Croquer à belles dents...
comme dans la vie !**

2015-2016



**Programme de repas
en quelques mots**

BON APPÉTIT !!!



COMMUNIQUER AVEC NOUS

SERVICES ALIMENTAIRES

Sodexo, Collège Jean-de-Brébeuf

3200, chemin de la Côte-Sainte-Catherine Montréal (Québec) H3T 1C1

514-342-9342 x5245 • sodexo@brebeuf.qc.ca

Sodexo Collège-Jean-de-Brébeuf

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

CYCLE DES MENUS

JOUR

SEMAINE 1

24 août, 21 septembre, 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre, 11 janvier, 8 février, 7 mars, 4 avril, 2 mai, 30 mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PETITS DÉJEUNERS	Gaufres aux fruits	Œufs brouillés aux fines herbes	Pain doré aux raisins	Burrito-matin	Crêpe aux bleuets
SOUPE OU POTAGE	Choux et poireaux	Chaudrée d'automne	Crème de champignons	Potage aux 2 pommes de terre	Soupe poulet et nouilles
MENU 1	Hambourgeois Sud-Ouest aux haricots noirs 🌱	Salade repas avec fromage et œufs 🌱	Tofu style à l'indienne 🌱	Macaroni aux 3 fromages 🌱	Sauté de légumes et pois chiche marocain 🌱
MENU 2	Pâté de poulet jamaïcain	Saucisse Toulouse peperonata	Pain de viande au bœuf	Vol au vent au poulet	Rigatoni à la bolonaise gratiné
MENU 3	Macaroni chinois au bœuf	Casserole de poulet à la King	Fusilli à la cardinal 🌱	Steak Salisbury sauce lyonnaise	Cuisse de poulet BBQ
FÉCULENTS	Riz mexicain	Pommes de terre rôties	Purée de pommes de terre	Riz pilaf	Couscous
LÉGUMES	Haricots verts et jaunes coupés	Macédoines 4 légumes	Betteraves et carottes	Légumes cocktail	Maïs
CRUDITÉS	Laitue et carottes râpées	Laitue et concombres tranchés	laitue et céleris en bâtonnets	Laitue et brocolis	Laitue et céleris raves

SEMAINE 2

31 août, 28 septembre, 26 octobre, 23 novembre, 21 décembre, 18 janvier, 15 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai, 6 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PETITS DÉJEUNERS	Omelette jambon et fromage	Pain aux bananes	Muffin anglais œuf et fromage	Gruau cannelle et raisins	Œufs et bacon
SOUPE OU POTAGE	Crème d'épinards	Velouté de bœuf et légumes	Velouté de tomates et basilic	Soupe aux pois	Crème de carottes
MENU 1	Taco au tofu 🌱	Sauté cantonnais au tofu et haricots rouges 🌱	Quiche jardinière 🌱	Perogies et salade 🌱	Porc Rougemont
MENU 2	Pâté chinois	Quesadillas poulet tex-mex	Sandwich au bœuf «Sloppy Joe»	Riz frit et Egg roll au porc 🌱	Hambourgeois bœuf et fromage avec salade de chou 🌱
MENU 3	Tortillas au poulet Baja à la coriandre et tomates	Casserole aux fruits de mer	Lasagne au poulet florentine	Penne Torinese	Pâtes, pesto aux tomates milanais
FÉCULENTS	Riz aux tomates	Pommes de terre O'Brien	Purée de pommes de terre	Couscous	Nouilles aux œufs
LÉGUMES	Macédoine italienne	Pois verts et carottes	Légumes soleil levant	Légume oriental	Brocolis et carottes
CRUDITÉS	Laitue et poivrons verts en lanières	Laitues et tomates en quartiers	laitue et céleris en bâtonnets	Laitue et carottes tranchés	Laitue et choux verts râpés

SEMAINE 3

7 septembre, 5 octobre, 2 novembre, 30 novembre, 28 décembre, 25 janvier, 22 février, 21 mars, 18 avril, 16 mai, 13 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PETITS DÉJEUNERS	Œufs brouillés persillés	Gaufres aux fruits	Pain doré aux raisins	Burrito-matin	Crêpes aux bleuets
SOUPE OU POTAGE	Soupe orzo et légumes	Crème de poireaux	Soupe tomates et riz	Chaudrée saisonnière	Soupe aux pois jaunes
MENU 1	Kaiser à l'oignon, légumes grillés et cheddar blanc 🌱	Salade repas avec fromage et œufs 🌱	Pad thaï de tofu à l'oriental 🌱	Fusilli au fromage et pesto 🌱	Filet de Basa à l'orange
MENU 2	Pain de viande à l'italienne	Longe de porc, sauce champignons	Poulet à l'haïtienne	Croque monsieur	Sous-marin steak et poivrons
MENU 3	Penne sauce rosée et saucissons	Spaghetti sauce à la viande	Taco au bœuf	Boulettes à la suédoise	Pâtes Napolitaines 🌱
FÉCULENTS	Pommes de terre purées marquises	Pommes de terres rissolées	Riz printanier	Pommes de terre lyonnaises	Riz aux légumes
LÉGUMES	Haricots verts	Mélange de légumes mexicains	Haricots verts et jaunes coupés	Navet et brocolis	Mélange oriental
CRUDITÉS	Laitue et choux fleurs	Laitues et tomates en quartiers	laitue et bâtonnets de carottes	Laitue et céleris raves	Laitue et betteraves

SEMAINE 4

14 septembre, 12 octobre, 9 novembre, 7 décembre, 4 janvier, 1er février, 29 février, 28 mars, 25 avril, 23 mai, 20 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PETITS DÉJEUNERS	Pain aux bleuets	Omelette jambon et fromage	Muffin anglais œuf et fromage	Gruau cannelle et raisins	Œufs et bacon
SOUPE OU POTAGE	Potage de maïs	Soupe poulet et nouilles	Soupe Minestrone	Soupe à l'indienne	Potage printanier
MENU 1	Quiche aux légumes et salade 🌱	Chili à la dinde et fèves rognons	Rotini Pizzaiola 🌱	Salade Mexicaine 🌱 (Mélange de légumineuses)	Sauté cantonnais au tofu 🌱
MENU 2	Porc Cacciatore	Pizza tomate et basilic 🌱	Cuisse de poulet BBQ	Sandwich poulet chaud	Hambourgeois de poulet multigrains
MENU 3	Fusilli à la Capricciosa	Saucisses merguez et couscous	Jambon aux mandarines	Lasagne à la viande et salade	Paella aux fruits de mer
FÉCULENTS	Riz à l'estragon	Nachos	Pommes de terre rôties	-	Pommes de terre dollar
LÉGUMES	Carottes en dés	Mélange de légumes parisiens	Brocoli et haricots jaunes	Navet et carottes	Courgettes et pois verts
CRUDITÉS	Laitue et brocolis	Laitues et courgettes en bâtonnets	laitue et bâtonnets de carottes	Laitue et céleris en bâtonnets	Laitue et concombres tranchés

CYCLE DES MENUS

SOIR

SEMAINE 1

24 août, 21 septembre, 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre, 11 janvier, 8 février, 7 mars, 4 avril, 2 mai, 30 mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
MENU 1	Sandwich à la salade de poulet citronné	Aiglefin aux épices cajun	Blanquette de veau	Thématique Internationale
MENU 2	Porc Cantonais	Pizza Provençale aux légumes 🌱	Gratin de légumes Niçois 🌱	Boucle Arrabiata 🌱
MENU 3	Tortellini au fromage sauce tomate 🌱	Rigatoni au gratin	Coquilles à la carbonara	

SEMAINE 2

31 août, 28 septembre, 26 octobre, 23 novembre, 21 décembre, 18 janvier, 15 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai, 6 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
MENU 1	Vol-au-vent au poulet	Bœuf au sésame	Brochette de porc	Thématique Internationale
MENU 2	Penne sauce tomates séchées et feta 🌱	Rigatoni sauce rosée 🌱	Quesadilla aux légumes et haricots 🌱	Omelette jardinière 🌱
MENU 3	Brochette de veau Kofta	Aiglefin sauce Béarnaise	Spaghetti à la bolonaise	

SEMAINE 3

7 septembre, 5 octobre, 2 novembre, 30 novembre, 28 décembre, 25 janvier, 22 février, 21 mars, 18 avril, 16 mai, 13 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
MENU 1	Sandwich hot chicken	Steakette de veau sauce forestière	Ciabatta dinde fumé et légumes	Thématique Internationale
MENU 2	Morue sauce au vin blanc	Lasagne végétarienne 🌱	Pangasius et duxelle de champignons	Tortellini au fromage sauce Romanoff
MENU 3	Rotini sauce tomate gratiné 🌱	Vol-au-vent aux fruits de mer	Ravioli sauce Créole épicée 🌱	

SEMAINE 4

14 septembre, 12 octobre, 9 novembre, 7 décembre, 4 janvier, 1er février, 29 février, 28 mars, 25 avril, 23 mai, 20 juin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
MENU 1	Casserole de bœuf au chou	Foie de veau à la Lyonnaise	Brochette de poulet sauce au poivre	Thématique Internationale
MENU 2	Poulet Tandoori	Filet de morue à l'italienne	Tortellini à la Gigi	Frittata Méditerranéenne 🌱
MENU 3	Fusilli tomate et basilic 🌱	Pâté Chinois végétarien 🌱	Fusilli tomate et champignon 🌱	