

## Des besoins nutritifs à combler...Des économies à réaliser!

### LE DÉJEUNER

7 H 30 À 9 H 30  
LUNDI AU VENDREDI

#### Le déjeuner comprend:

Quoi de plus important qu'un déjeuner nutritif et soutenant!

Un choix quotidien en rotation tel que le bagel du matin, les crêpes, les céréales, etc.

Choix de viennoiseries et muffins  
Choix de lait ou jus de fruits

### LE DÎNER

11 H 20 À 13 H 30  
LUNDI AU VENDREDI

Trois menus du jour sont offerts quotidiennement incluant un choix végétarien. Ces choix novateurs suivant les saisons et les différentes tendances du marché sauront vous faire découvrir des nouvelles saveurs.

#### Ce menu comprend :

Choix d'une soupe maison ou jus de légumes  
Plat principal avec légumes et féculent accompagné d'un choix parmi notre comptoir à crudités

Pain de blé avec beurre ou margarine  
Dessert du jour  
Lait ou jus de fruits

### LE SOUPER

17 H 15 À 18 H 30  
LUNDI AU JEUDI

Deux choix vous sont offerts, en plus d'un « sauté du chef » ou du « comptoir à pâtes » (en alternance).

#### Composé d'un choix de:

Un mets cuisiner, plat principal avec légumes et féculents accompagné d'un choix parmi notre comptoir à crudités

Pain de blé avec beurre ou margarine  
Dessert du jour  
Lait ou jus de fruits

### Au café Cactus

7 H 30 À 16 H 30  
LUNDI AU JEUDI  
7 H 30 À 16 H 00  
LE VENDREDI

Situé au pavillon D, ce café offre une belle variété de salades, de paninis grillés, de viennoiseries cuites sur place, de mets minute, de plats cuisinés, de boissons chaudes et froides, de potages et plus encore. Cette section est mise à la disposition des élèves du secondaire 5 et du collégial autant pour combler les gros appétits que les petites fringales. Venez découvrir tous nos produits!

# PLAN REPAS

## UNE AUTRE OPTION... LA CARTE CAF OPTION DÉBIT!

La Carte Caf est une carte rechargeable qui vous permet de pouvoir y déposer des fonds et avec laquelle vous pourrez faire des achats de repas et de collations. En fait, c'est le même principe qu'une carte de débit mais uniquement pour votre service alimentaire



- ✓ Promotions trimestrielles
- ✓ Facilité et commodité
- ✓ Souplesse au niveau des choix
- ✓ Nourriture variée et équilibrée
- ✓ Sécuritaire - pas de manipulation d'argent
- ✓ Rapidité de service

### CARTE CAF CHARTWELLS

Payable à la cafétéria au local BI-66 entre  
7 h 30 à 13 h 30  
(heures d'ouverture de la cafétéria)  
Chèque libellé au nom du Groupe Compass (Québec) Itée  
ou  
argent comptant ou paiement direct ou carte de crédit.  
ou sur le site

[www.cafzone.ca](http://www.cafzone.ca)

### COMMENT ADHÉRER

PLAN REPAS PAR SESSION OU ANNUEL  
Envoyer un courriel à [dirfin@brebeuf.qc.ca](mailto:dirfin@brebeuf.qc.ca)  
avec l'objet : "repas"  
et ajouter le nom et prénom de l'étudiant.  
Une facture sera ajoutée dans votre état de compte Brébeuf.



### POUR NOUS JOINDRE

Services Alimentaires Chartwells,  
Collège Jean-de-Brébeuf,

3200 chemin de la Côte-Sainte-Catherine, Montréal  
(Québec) H3T 1C1  
514.342.9342 poste 5245 / [chartwells@brebeuf.qc.ca](mailto:chartwells@brebeuf.qc.ca)  
ou [www.cafzone.ca](http://www.cafzone.ca)













# Plan REPAS 2020 - 2021



	Non taxables	Taxables	Cafétéria	Café CACTUS	À la carte	Sans limite de temps	Durant l'année scolaire	%	Collège	Chartwells
SECONDAIRE 1-4	Repas complet du jour	6,87 \$		✓	✓					✓
	Jetons 10 repas du midi	68,70 \$		✓		✓				✓
	Carte-repas du midi annuelle	1177 \$		✓	✓		✓	4,8 %	✓	
	Carte caf			✓		✓				✓
SECONDAIRE 5 ET COLLÉGIAL	Repas complet du jour	7,90 \$		✓	✓					✓
	Carte-repas du midi annuelle (sec. 5)	1177 \$		✓			✓	4,8 %	✓	
	Carte-repas du midi par session (collégial)	534 \$		✓			✓	16,9 %	✓	
	Plan 3 repas annuel (sec.5)	2734 \$		✓			✓	16,9 %	✓	
	Plan 3 repas par session (collégial)	1246 \$		✓			✓	16,9 %	✓	
	Plan 2 repas collégial par session (dîner et souper)	962 \$		✓			✓	16,9 %	✓	
Plan 2 repas collégial par annuel (dîner et souper)	1924 \$		✓	✓		✓	16,9 %	✓		
	Carte Caf*			✓	✓	✓				✓

\*carte caf information : Voir section centrale

Nos menus respectent les recommandations du Guide alimentaire canadien et de la politique alimentaire du Collège, réservant une grande place aux fruits et légumes et privilégiant les produits à grains entiers. L'utilisation de bons gras et la réduction de sodium est également de mise!

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>SEMAINE 1</b>	24 août	Crème de tomate	Soupe aux légumes*	Soupe bœuf et orge	Potage Crécy*	Soupe minestrone
	21 sept.	 Croquette de crabe, mayo épicée	Bœuf Barbacoa	 Fish and chips	 Poulet à la portugaise*	 Macaroni chinois à la dinde
	19 oct.	Chili végétarien et pita grillé	 Galettes végétariennes	Pain de viande végétarien	Casserole aux légumes et cheddar	Kaiser aux œufs Volcano
	16 nov.	Riz de chou-fleur	Pommes de terre en cubes assaisonnées*	Maïs et poivrons rouges*	Légumes d'automne	Légumes d'automne*
	14 déc.	Salade de chou crémeuse*	Salade César	Salade mexicaine	Riz multigrain	Fleurons de brocoli*
25 janv.	Duo de carottes	Petits pois à la menthe*		Salade du chef	Salade orientale	
<b>SEMAINE 2</b>	31 sept.	Crème de brocoli	Soupe bœuf et chou	Crème de courge*	Poulet et vermicelles*	Soupe à l'orientale
	28 sept.	Bifteck sauce suédoise	Spanakopita au poulet	Bouchées de poulet croustillantes	 Bol Poké surimi	Poulet au beurre
	26 oct.	Purée de pommes de terre	Wellington aux champignons (tofu)	Pommes de terre en quartiers	Pierogie aux pommes de terre et cheddar	 Tofu Tao* Riz Pulao
	23 nov.	 Pain plat aux légumes	Légumes montego*	Paëlla végétarienne	Salade de betteraves	Sauté de légumes
	04 janv.	Salade verte	Salade Arcadien	Carottes et haricots*	Salade jardinière	Kim Chi
1 <sup>er</sup> fév.			Salade César			
<b>SEMAINE 3</b>	7 sept.	Potage cultivateur	Soupe thaïe	Crème de poulet*	Soupe poulet et quinoa	Soupe tomates et riz
	05 oct.	Poisson teriyaki	 Porc à la grecque*	Boulettes à l'hawaïenne	 Parmentier de porc effiloché	 Poisson BBQ
	02 nov.	Pad thaï végétarien	Orge pilaf	Nouilles cantonaises	Tartine méditerranéenne aux œufs	Bâtonnets végétariens croustillants*
	30 nov.	 Pad thaï végétarien	Lasagne végétarienne	 Burger végétarien	Légumes florentins* (chou-fleur et pois verts)	Pommes de terre en quartiers
	11 janv.	Couscous aux agrumes	Salade César	Malibu et mayo épicée	Salade verte et radis	Macédoine Soleil levant*
	Mélange à la scandinave	Quartiers de courgettes au four*	Salade de chou crémeuse*		Salade Fattouche	
	Salade italienne		Légumes fusion			
<b>SEMAINE 4</b>	14 sept.	Crème de chou-fleur*	Soupe aux lentilles	Soupe poulet et riz	Soupe bœuf et légumes	Crème de champignons
	12 oct.	 Morue au gratin	 Veau à la milanaise*	 Rouleau nori végétarien	 Banh Mi asiatique au poulet	 Poulet Madras
	09 nov.	Tex-mex végétarien	Casserole de tortellinis et légumes	Pita à l'italienne	Riz frit aux légumes	Pâtes à la toscane
	07 déc.	Carottes au cumin*	Brocoli et chou-fleur*	Haricots verts*	Crudités de saison	Fajitas aux tofu et légumes
	18 janv.	Salade verte et chou rouge	Salade de carottes et canneberges	Salade César	Salade du marché	Rutabaga persillé*



**Prix du menu du jour à la carte**

**6,87 \$**

Différents plans repas offerts auprès du Collège

Mode de paiement sécuritaire;

« la carte Caf »

Informez-vous auprès de notre gestionnaire du service alimentaire

Visitez le

[www.cafzone.ca](http://www.cafzone.ca)

