# Les bons p'tits plats

# École des Cépages

allergies _____

## Septembre 2025

(Repas, lait (jus de fruits à l'occasion), dessert du jour)

Nom complet de l'enfant : _____ Téléphone : _____

Niveau : _____ Service de garde : OUI / NON Courriel : _____

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|
| 1 sept<br>Pas de traiteur | 2 sept<br>Pas de traiteur | 3 sept<br>Pas de traiteur | 4 sept<br>Pas de traiteur | 5 sept<br>Pas de traiteur |
| 8 sept<br>Hamburger au poulet, crudités, biscuit | 9 sept<br>Riz 'frit' au poulet, « bouchées de poulet », carré de céréales | 10 sept<br>Casserole de boulettes (bœuf, gros légumes, fromage, patates à déjeuner), muffin | 11 sept<br>Casserole taco au poulet (poulet, fromage, maïs, riz), croustilles de maïs, gâteau | 12 sept<br>Macaroni viande et fromage, compote de pommes |
| 15 sept<br>Poulet au beurre indien, brocoli, pain naan, gâteau aux épices | 16 sept<br>Salade césar au poulet croustillants, pain à l'ail, biscuit | 17 sept<br>Pâté chinois, yogourt aux fruits | 18 sept<br>Pâtes aux 3 fromages et sauce rosé, compote de pommes | 19 sept<br>PAS DE TRAITEUR |
| 22 sept<br>Pizza au fromage (sans viande), dessert surprise | 23 sept<br>Spaghetti sauce à la viande (bœuf) et légumes, petit pain, tartelette au sucre | 24 sept<br>Croquettes de poulet, riz aux légumes, yogourt aux fruits | 25 sept<br>Jambon, purée de pommes de terre, petit pois, galette aux carottes | 26 sept<br>Poulet à la King servi dans un petit pain croûté, muffin au beigne |
| 29 sept<br>Boulettes miel et ail sur riz blanc et légumes, biscuit | 30 sept<br>Lasagne sauce à la viande et légumes, petit pain, tartelette | | | |
| | | Qté X 8,00$ (si passé la date limite par enfant) | Qté X 7,25 $ (si un enfant)<br>Qté X 7,00 $ (si plus d'un enfant) | Montant total dû:<br>$_____ |

Veuillez nous aviser de toutes allergies alimentaires : _____

□□□□□□□□□□□□ DÉCOUPER ET CONSERVER (COPIE DU PARENT / BAS) □□□□□□□□□□□□□□□□□

La date limite pour commander (sans frais de retard) et remettre le paiement est le **vendredi 19 septembre 2025**. COMMANDES EN LIGNE = www.lesbonsptitsplats.ca DÉBIT, MC, VISA et AMEX. **Nous ne pouvons PAS créditer si vous annulé pas avant 9h le matin même**. S.V.P., communiquez avec Les bons p'tits plats au 819-893-5554 ou à l'adresse courriel lesbonsptitsplats@gmail.com. AUCUN AJOUT LE MATIN MÊME…… NOTE : NOUS NE SOMMES PAS RESPONSABLE EN CAS DE GRÈVE (OU AUTRE, EX : PANNE DE COURANT, FERMETURE PAR LE GOUVERNEMENT, ETC.)

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|
| 1 sept<br>Pas de traiteur | 2 sept<br>Pas de traiteur | 3 sept<br>Pas de traiteur | 4 sept<br>Pas de traiteur | 5 sept<br>Pas de traiteur |
| 8 sept<br>Hamburger au poulet, crudités, biscuit | 9 sept<br>Riz 'frit' au poulet, « bouchées de poulet », carré de céréales | 10 sept<br>Casserole de boulettes (bœuf, gros légumes, fromage, patates à déjeuner), muffin | 11 sept<br>Casserole taco au poulet (poulet, fromage, maïs, riz), croustilles de maïs, gâteau | 12 sept<br>Macaroni viande et fromage, compote de pommes |
| 15 sept<br>Poulet au beurre indien, brocoli, pain naan, gâteau aux épices | 16 sept<br>Salade césar au poulet croustillants, pain à l'ail, biscuit | 17 sept<br>Pâté chinois, yogourt aux fruits | 18 sept<br>Pâtes aux 3 fromages et sauce rosé, compote de pommes | 19 sept<br>PAS DE TRAITEUR |
| 22 sept<br>Pizza au fromage (sans viande), dessert surprise | 23 sept<br>Spaghetti sauce à la viande et légumes, petit pain, tartelette au sucre | 24 sept<br>Croquettes de poulet, riz aux légumes, yogourt aux fruits | 25 sept<br>Jambon, purée de pommes de terre, petit pois, galette aux carottes | 26 sept<br>Poulet à la King servi dans un petit pain croûté, muffin au beigne |
| 29 sept<br>Boulettes miel et ail sur riz blanc et légumes, biscuit | 30 sept<br>Lasagne sauce à la viande et légumes, petit pain, tartelette | | | Cépages |