




Menus pour la semaine 02

11 janvier 2021	12 janvier 2021	14 janvier 2021	15 janvier 2021
Salade mêlée GRTA	Salade de maïs et chou blanc râpé GRTA	Carottes GRTA râpées	Salade batavia GRTA
 *****	*****	*****	*****
	Colin MSC (Alaska) aux graines, sauce citron	Paëlla (poulet, calamar, crevettes) (Suisse)	Bœuf braisé (Suisse)
Gratin de macaronis aux légumes , courge GRTA et cheddar	Boulgour Bio		Purée de pommes de terre GRTA
	Epinards béchamel		Navet persillé
*****	*****	*****	*****
Roulé aux fraises	Yogourt au chocolat	Clémentine	Compote de pomme
Pain GRTA	Pain GRTA	Pain GRTA	Pain Bio


Sauce à salade Italienne (*moutarde*)
 Sauce à salade French (*œufs, moutarde*)
 Sauce à salade Maison (*œufs, moutarde*)
 Pain GRTA ou Pain Bio (*gluten, lactose, œufs, fruits à coque, sésame*)

Bien manger, bien grandir!





Menus pour la semaine 03

18 janvier 2021	19 janvier 2021	21 janvier 2021	22 janvier 2021
Salade de betteraves GRTA *****	Salade mêlée GRTA *****	Salade coleslaw GRTA (carottes, chou blanc) *****	Salade verte GRTA ***** 
Spaghettis bolognaise (Autriche) aux légumes GRTA	Ragoût de porc (Suisse) confit au paprika	Cabillaud (Atl. Nord) en panade, quartier de citron	Boulettes de légumes, fromage blanc au cumin
Fromage râpé	Riz aux petits pois	Lentilles	Semoule
*****	Ratatouille	Chou-fleur béchamel	Légumes couscous GRTA
Pomme	Yogourt nature	Donut	Kiwi
Pain GRTA	Pain GRTA	Pain GRTA	Pain Bio

Sauce à salade Italienne (*mustarde*)
Sauce à salade French (*œufs, mustarde*)
Sauce à salade Maison (*œufs, mustarde*)
Pain GRTA ou Pain Bio (*gluten, lactose, œufs, fruits à coque, sésame*)

Bien manger, bien grandir!





kidelis

Menus pour la semaine 04

25 janvier 2021	26 janvier 2021	28 janvier 2021	29 janvier 2021
Macédoine de légumes *****	Taboulé aux crudités *****	Salade verte GRTA ***** 	Carottes râpées GRTA *****
Brandade de poissons MSC (Atl. Nord) persillés GRTA	Emincé de poulet (France) au soja	Tortelloni ricotta-épinards	Steak haché de bœuf (Suisse), sauce aux champignons
	Riz cantonais	Gruyère râpé	Polenta
Rosette de romanesco *****	Purée au céleri GRTA *****	Sauce tomate *****	Etuvée de poireaux *****
Pointe au cacao	Banane	Cake	Compote de pomme
Pain GRTA	Pain GRTA	Pain GRTA	Pain Bio

Sauce à salade Italienne (*moutarde*)
Sauce à salade French (*œufs, moutarde*)
Sauce à salade Maison (*œufs, moutarde*)
Pain GRTA ou Pain Bio (*gluten, lactose, œufs, fruits à coque, sésame*)

Bien manger, bien grandir!

