

NOVEMBRE 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1 (CH) Braisé de bœuf Polenta Choux rouges	2 (CH) Jambon à l'os de Lossy Gratin dauphinois Poireau	3 (KZ) Filet de sandre au vin blanc Riz Pois mange-tout	4 (FR) Poitrine de dinde provençale Pâtes Salsifis	5 (CH) Jarret de porc Polenta Chou-fleur aux herbes
6 (CH) Brochette Tzigane Pommes au bouillon Tomate au four	7 (CH) Cuisse de poulet rôti Pâtes Gratin de colrave	8 (CH) Choucroute garnie Pommes nature	9 (HG) Piccata de volaille Spaghetti Petits pois	10 (ATLANTIQUE) Cabillaud pané Riz créole Courgettes	11 (CH) Lasagne bolognaise Salade verte	12 (FR) Suprême de volaille jaune au cognac – Boulgour pilaf–Duo de carottes
13 (CH) Paupiette de bœuf Nouilles Haricots verts	14 (CH) Emincé de porc à la crème Pommes grenailles Epinards à la crème	15 (BEL) Ragoût de lapin à la moutarde Polenta crémeuse Jardinière de légumes	16 (HG) Escalope de volaille à la gruyérienne – Pâtes Carottes Vichy	17 (ITA) Filet de truite aux amandes Pommes persillées Brocolis à la vapeur	18 (CH) Spaghetti carbonara Salade verte	19 (NZ) Ragoût d'agneau provençal Pommes purée Ratatouille
20 (HG) Escalope de dinde aux champignons – Pâtes Tomate	21 (CH) Steak haché de veau « Mexico » - Lentilles Petits pois	22 (CH) Cordon-bleu de porc Gratin dauphinois Chou frisé	23 (CH) Emincé de bœuf Sri-Lanka Pâtes à l'huile d'olive Haricots au beurre	24 (PACIFIQUE) Filet de doré au coulis de tomate – Riz pilaf Gratin de chou-fleur	25 (CH) Cannellonis Ricotta épinards Salade verte	26 (FR) Magret de canard à l'orange Knöpfli Carottes au persil
27 (CH) Hachis Parmentier Brocolis	28 (CH) Escargot de saucisse à rôtir Roesti Haricots verts	29 (PL) Escalope de volaille Tandoori Riz Chou chinois	30 Macaronis montagnards Salade mêle			
		Mode d'emploi : Au micro-ondes : 4 min à 700 watt ou 3 min à 1000 watt Au four préchauffé : 20 min à 120 degrés SANS LE COUVERCLE			ATTENTION Il faut ouvrir le couvercle avant de mettre le plat au micro-ondes.	Garantie fraîcheur : 2 jours au frigo ou 3 mois au congélateur