

## FEVRIER 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1 (THAI) Emincé de poulet au curry Riz Carottes	2 (CH) Braisé de bœuf Pâtes à l'huile d'olive Poivrons grillés	3 (ITA) Filet de truite grillée Pommes nature Tomate au four	4 (PL) Tranche panée de volaille Knoepflis Courgettes sautées	5 (CH) Saucisson fribourgeois Lentilles étuvées Romanesco
6 (PL) Cordon-bleu de volaille Pommes écrasées à la ciboulette - Colrave	7 (CH) Osso bucco de porc Gremolata - Nouilles Petits pois glacés	8 (CH) Vol au vent à la Reine Riz pilaf Jardinière de légumes	9 (CH) Steak haché de bœuf mexic. Gnocchi dorés Haricots verts	10 (ATL. NORD) Colin d'Alaska pané Sauce tartare – Blé aux légumes - Poireau	11 (CH) Spaghetti bolognaise Salade mêlée	12 (CH) Tranche de porc pané Pommes grenailles Ratatouille
13 (CH) Merguez grillées Spaetzli Epinards en branche	14 (CH) Emincé de porc au caramel et noix de cajou - Riz China mix	15 (CH) Choucroute garnie Pommes nature	16 (CH) Emincé de cheval aux baies roses et estragon – Pâtes Romanesco	17 (PACIFIC) Filet de doré au four Lentilles étuvées Carottes glacées	18 (CH) Roesti gratiné à la valaisanne (tomate, raclette) Salade mêlée	19 (NZ) Côtes d'agneau Gratin dauphinois Haricots verts
20 (CH) Cuisse de poulet basquaise Pâtes à l'huile d'olive Colrave gratiné	21 (CH) Joue de bœuf braisé Boulgour pilaf Brocolis	22 (CH) Spaghetti carbonara Salade mêlée	23 (CH) Saucisse à rôtir de porc aux oignons – Roesti Tomate au four	24 (ATL.) Dos de cabillaud provençal Riz pilaf Carottes et fèves	25 (CH) Ragoût de veau « Grand-Mère » Polenta crémeuse Choux rouges braisés	26 (HON) Piccata de volaille Pâtes à l'huile d'olive Courgettes sautées
27 (CH) Rôti de porc à la diable Purée Jardinière de légumes	28 (CH) Brochette de bœuf Tzigane Pommes grenailles Romanesco					
		<b>Mode d'emploi :</b> Au micro-ondes : 4 min à 700 watt ou 3 min à 1000 watt Au four préchauffé : 20 min à 120 degrés <b>SANS LE COUVERCLE</b>			<b>ATTENTION</b> <b>Il faut ouvrir le couvercle avant de mettre le plat au micro-ondes.</b>	<b>Garantie fraîcheur :</b> 2 jours au frigo ou 3 mois au congélateur