

JANVIER 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						1 (CH) Ragoût de veau Marengo Purée à la truffe Tomate
2 (HG) Brochette de dinde au citron Couscous Chou-fleur gratiné	3 (CH) Escalope de porc gratiné Rösti Petits pois	4 (BEL) Ragoût de lapin Polenta Colrave	5 (CH) Spaghetti carbonara Salade mêlée	6 (CH) Filet de St-Pierre au citron Riz Ratatouille	7 (CH) Saucisse de veau aux oignons Pommes sautées Côtes de bettes	8 (THAI) Emincé de poulet à la crème Pâtes à l'huile d'olive Tomate
9 (CH) Steak haché de veau à la moutarde - Spätzlis Brocolis	10 (CH) Emincé de bœuf Stroganoff Pommes grenailles Choux rouges braisés	11 (CH) Tranche de porc aux champ. Riz sauvage Carottes	12 (PL) Tranche de volaille panée Pommes Wedges Chou-fleur aux herbes	13 (AN) Poisson gratiné à la bordelaise Lentilles Epinards en branche	14 (CH) Lasagne bolognaise Salade verte	15 (CH) Papet vaudois
16 (BEL) Emincé de cheval provençal Riz aux légumes	17 (CH) Choucroute garnie Pommes nature	18 (CH) Cuisse de poulet basquaise Gnocchis Carottes Vichy	19 (CH) Cordon-bleu de porc Pommes rissolées Ratatouille	20 (ATLANTIQUE) Gratin de poisson Boulgour - Macédoine de légumes	21 (CH) Steak haché de bœuf au poivre vert – Pâtes Pois mange-tout	22 (CH) Jambon à l'os Gratin dauphinois Haricots verts
23 (CH) Sauté de porc au paprika Riz créole Brocolis vapeur	24 (CH) Paupiette de bœuf braisé Pâtes Jardinière de légumes	25 (HG) Escalope de volaille grillée Galette de rösti Courgettes	26 (CH) Saucisse à rôtir de porc aux oignons - Nouilles Gratin de colrave	27 (KZ) Filet de sandre grillé au beurre blanc – Pommes nat. Epinards en branche	28 (CH) Tortellini ricotta épinards Salade mêlée	29 (NZ) Boulettes d'agneau épicé Pommes purée Duo de carottes
30 (CH) Rôti de porc au romarin Spätzlis Chou-fleur	31 (CH) Steak haché de bœuf Gnocchi Haricots verts	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