

Toute commande ou annulation doit être annoncée
 la veille **AVANT 12h00**

Pour le lundi, avertir jusqu'au **VENDREDI avant 12h00**

Menus permanents : 3 jours à l'avance

Livraisons entre 8h45 et 12h00

SEPTEMBRE 2022						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			1 (CH) Vol au vent – Côtes de bettes gratinées Riz	2 (AN) Filet de lieu-noir au vin blanc Ebly Tomate	3 (CH) Filet de porc au romarin Pâtes à l'huile d'olive Epinards en branche	4 (CH) Pot au feu Pommes nature Légumes au bouillon
5 (CH) Saucisse à rôtir de porc Spätzlis – Petits pois et champignons	6 (FR) Escalope de dinde à la crème Pâtes à l'huile d'olive Colraves gratinés	7 (CH) Rôti haché de bœuf Lentilles Choux -fleurs	8 (BEL) Ragoût de lapin provençal Polenta Choux rouges	9 (KZ) Filet de sandre grillée à l'aneth Pommes persillées Jardinière de légumes	10 Risotto aux champignons Salade verte	11 (NZ) Gigot d'agneau Poires à Botzi –Purée de pdt - Haricots
12 (PL) Tranche de volaille panée Pâtes Gratin côtes de bettes	13 (CH) Boulette de bœuf à la tomate Pommes rissolées Petits pois à la franç.	14 (CH) Emincé de veau aux champignons Gnocchis Bâtonnets de carottes	15 (CH) Steak de porc valaisanne Rösti Salade	16 (VT) Filet de tilapia grillé Riz sauvage Ratatouille	17 (CH) Spaghetti bolognaise Salade mêlée	18 (CH) Jambon à l'os Gratin dauphinois Haricots verts
19 (PL) Emincé de poulet au curry Riz aux légumes	20 (CH) Rôti de porc et son jus Pommes grenailles Fenouil confit	21 (CH) Emincé de bœuf Stroganoff Pâtes à l'huile d'olive Brocolis	22 (FR) Tranche de dinde satay (cacahuètes) Boulgour Pois mange-tout	23 (ATL.NORD) Poisson à la bordelaise Riz pilaf Tomate au four	24 (CH) Schübling grillé – Sce moutarde Pommes au bouillon Rondelles de carottes	25 (FR) Magret de canard au miel Spätzlis – Sauté de légumes et soja
26 (CH) Cordon-bleu de porc Nouilles - Haricots au beurre étuvés	27 (FR) Poitrine de dinde aux champ. Pommes sautées Petits pois	28 (CH) Steak haché de bœuf au poivre - Gnocchis Courgettes	29 (CH) Choucroute garnie Pommes nature	30 (PAC.)Filet de doré au basilic Lentilles Epinards hachés		
		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