

NOVEMBRE 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1 (CH) Ragoût de cheval au vin rouge – Pâtes Haricots verts	2 (CH) Jambon à l'os Gratin dauphinois Chou blanc	3 (FR) Poitrine de dinde au romarin Pâtes Salsifis gratinés	4 (KZ) Filet de sandre au vin blanc Riz Pois mange-tout	5 (CH) Macaronis montagnards Salade verte	6 (CH) Jarret de porc Polenta Chou-fleur aux herbes
7 (CH) Brochette Tzigane Pommes au bouillon Tomate au four	8 (CH) Bœuf braisé Pâtes Gratin de colrave	9 (CH) Choucroute garnie Pommes nature	10 (HG) Piccata de volaille Spaghetti Petits pois	11 (ATLANTIQUE) Cabillaud pané Riz créole Courgettes	12 (CH) Lasagne bolognaise Salade verte	13 (FR) Suprême de volaille jaune au cognac – Boulgour pilaf–Duo de carottes
14 (CH) Paupiette de bœuf Nouilles Haricots verts	15 (CH) Emincé de porc à la crème Pommes grenailles Epinards à la crème	16 (BEL) Ragoût de lapin à la moutarde Polenta crémeuse Jardinière de légumes	17 (HG) Escalope de volaille à la gruyérienne – Pâtes Carottes Vichy	18 (ITA) Filet de truite aux amandes Pommes persillées Brocolis à la vapeur	19 (CH) Spaghetti carbonara Salade verte	20 (NZ) Ragoût d'agneau provençal Pommes purée Ratatouille
21 (HG) Escalope de dinde aux champignons – Pâtes Tomate	22 (CH) Steak haché de veau « Mexico » - Lentilles Petits pois	23 (CH) Cordon-bleu de porc Gratin dauphinois Chou frisé	24 (CH) Emincé de bœuf Sri-Lanka Pâtes à l'huile d'olive Haricots au beurre	25 (PACIFIQUE) Filet de doré au coulis de tomate – Riz pilaf Gratin de chou-fleur	26 (CH) Cannellonis Ricotta épinards Salade verte	27 (FR) Magret de canard à l'orange Knopfli Carottes au persil
28 (CH) Hachi Parmentier Brocolis	29 (CH) Escargots de saucisse à rôtir Roesti Haricots verts	30 (PL) Escalope de volaille Tandoori Riz Chou chinois				
		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