

SEPTEMBRE 2021

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