



Menus de la semaine 50 APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS

kidelis
Bien manger bien grandir!

<p>lundi, 11 décembre 2023</p> <p>Végétarien</p> <p>Salade verte</p> <p>Raviolini au fromage, coulis de tomates à l'origan (céleri, gluten, lactose, œuf, moutarde, soja)</p> <p>Fromage râpé (lactose)</p> <p>Poire</p> <p>Pain (gluten)</p>
<p>mardi, 12 décembre 2023</p> <p>Soupe de légumes</p> <p>Tranche de porc (Suisse) à la graine de moutarde (gluten, lactose, œuf, moutarde, soja, céleri)</p> <p>Ecrasée de pomme de terre</p> <p>Petits pois et carottes</p> <p>Clémentine</p> <p>Pain (gluten)</p>
<p>mercredi, 13 décembre 2023</p> <p>Velouté de courge</p> <p>Escalope de dinde (Suisse), sauce champignons (céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)</p> <p>Risotto de blé (céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)</p> <p>Carottes fondantes</p> <p>Fromage blanc aux coulis de fruits rouges (lactose)</p> <p>Pain (gluten)</p>
<p>jeudi, 14 décembre 2023</p> <p>Coleslaw</p> <p>Fish n'chips de colin (Alaska) sauce tartare allégée (gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson)</p> <p>Pommes de terre au four</p> <p>Salade batavia</p> <p>Tranche de cake (gluten, lactose, œuf, soja, fruits à coques)</p> <p>Pain (gluten)</p>
<p>vendredi, 15 décembre 2023</p> <p>Salade mélée et maïs</p> <p>Emincé de bœuf (Suisse) aux parfums d'Asie (céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja, crustacé, mollusque, sésame)</p> <p>Riz basmati (Bio)</p> <p>Poêlée de légumes sauce soja (céleri, soja)</p> <p>Yogourt aux fruits (lactose)</p> <p>Pain (Bio) (gluten)</p>

Sauce française (**Moutarde, œuf**)

Sauce italienne (**Moutarde**)

Vinaigrette maison (**Moutarde, œuf**)



ECOCOOK
Cuisines Saines et Durables



Menus de la semaine 50

Végétariens

APEMS & REFECTION ECUBLENS



lundi, 11 décembre 2023

Salade verte

Raviolini au fromage, coulis de tomates à l'origan

(céleri, gluten, lactose, œuf, moutarde, soja)

Riz basmati (Bio)

Poire

Pain (gluten)

mardi, 12 décembre 2023

Soupe de légumes

Tofu (Bio) à la graine de moutarde

(gluten, lactose, œuf, moutarde, soja, céleri)

Ecrasée de pomme de terre

Petits pois et carottes

Clémentine

Pain (gluten)

mercredi, 13 décembre 2023

Velouté de courge

Escalope de quorn, sauce champignons

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Risotto de blé

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Carottes fondantes

Fromage blanc aux coulis de fruits rouges (lactose)

Pain (gluten)

jeudi, 14 décembre 2023

Coleslaw

Escalope de légumes, sauce tartare allégée

(gluten, lactose, soja, céleri, sésame, œuf)

Pommes de terre au four

Salade batavia

Tranche de cake

(gluten, lactose, œuf, soja, fruits à coques)

Pain (gluten)

vendredi, 15 décembre 2023

Salade mélée et maïs

Emincé de pois et blé aux parfums d'Asie

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja, crustacé, mollusque, sésame)

Riz basmati (Bio)

Poêlée de légumes sauce soja (céleri, soja)

Yogourt aux fruits (lactose)

Pain (Bio) (gluten)



Sauce française (Moutarde, œuf)

Sauce italienne (Moutarde)

Vinaigrette maison (Moutarde, œuf)

