

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU JEUDI 4 AU VENDREDI 5 NOVEMBRE 2021

INSTITUT DE LANCY



<b>Jeudi 04 NOVEMBRE</b>	<p style="text-align: center;"><b>Salade texane</b></p> <p><b>Dos de colin, sauce vierge</b> Hamburger (salade mêlée GRТА, tomate, oignon rouge, gouda, sauce barbecue et ketchup, buns, et steak de bœuf)</p> <p><b>Haricot vert po�el�e</b> <b>Pomme country au four</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Salade de fruits frais</b></p>
<b>Vendredi 05 NOVEMBRE</b>	<p><b>Céleri r�ap�e frais GRТА</b> Carotte râpée GRТА</p> <p><b>Jambon à l'os (Suisse), sauce moutarde</b> Rago�t de dinde (France) aux marrons</p> <p style="text-align: center;"><b>Riz pilaw (oignon GRТА)</b> <b>Poêlée de courge GRТА</b></p> <p><b>Petits suisses chocolat</b> Salade d'ananas</p>

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 8 AU VENDREDI 12 NOVEMBRE 2021

INSTITUT DE LANCY



lundi 08 NOVEMBRE	<b>Feuille de chêne GRTA et graines de courge</b>	
	<b>Omelette nature, sauce napolitaine</b>	Gigot d'agneau (N. Zél.), jus au thym
	<b>Blé ébly</b>	
	<b>Carottes glacées GRTA</b>	
	<b>Séré framboise</b>	Yogourt miel <b>GRTA</b>
Mardi 09 NOVEMBRE	<b>Salade de rucola et copeaux de Grana Padano</b>	
	<b>Sauté de bœuf (Suisse) aux carottes (carottes GRTA)</b>	Piccata de volaille (France), sauce napolitaine
	<b>Coquillettes 3 couleurs Chou-fleur</b>	
	<b>Salade de fruits frais</b>	Flan vanille
Mercredi 10 NOVEMBRE	<b>Salade mêlée GRTA et maïs</b>	
	<b>Hachis parmentier au boeuf (au lait GRTA)</b>	Aiguillettes de colin aux céréales, sauce tartare
	Pommes de terre boulangères	
	<b>Haricot vert persillé</b>	
	<b>Poire</b>	Yogourt <b>BIO</b> vanille
Jeudi 11 NOVEMBRE	<b>Salade de betterave cube cuite</b>	<b>Salade verte</b>
	<b>Haut de cuisse de poulet (Suisse), sauce aux oignons GRTA</b>	Tartiflette (dés de dinde (France))
	<b>Semoule et bouillon</b>	
	<b>Chou romanesco</b>	
	<b>Petits suisses aux fruits</b>	Compote pomme framboise
Vendredi 12 NOVEMBRE	<b>Tomate cerise GRTA et mozzarelline</b>	
	<b>Filet de dorade, sauce citron</b>	Emincé de dinde (France) à l'estragon
	<b>Riz sauvage Purée de carotte</b>	
	<b>Coupe chantilly chocolat</b>	Tartelette au citron

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 15 AU VENDREDI 19 NOVEMBRE 2021

INSTITUT DE LANCY



<p>Lundi 15 NOVEMBRE</p>	<p>Céleri râpé frais</p> <p>Maïs</p> <p>Filet de poulet GRTA, jus au romarin</p> <p>Boulettes de bœuf (Suisse), sauce aux champignons</p> <p>Riz Pilaw (ognion GRTA)</p> <p>Purée de courge GRTA</p> <p>Pomme Gala</p> <p>Poire</p>
<p>Mardi 16 NOVEMBRE</p>	<p>Salade batavia GRTA</p> <p>Tortellini tricolores fromage, sauce tomate</p> <p>Epaule de veau (Suisse), jus de viande</p> <p>Gnocchi poêlés</p> <p>Côte de bette à la provençale</p> <p>Câlin sur lit de fruit</p> <p>Kiwi cube</p>
<p>Mercredi 17 NOVEMBRE</p>	<p>Salade de chou blanc GRTA et carotte râpée GRTA</p> <p>Spaghetti, sauce carbonara à la dinde (France)</p> <p>Tranche de cou de porc (Suisse) rôti, jus de viande</p> <p>Spaghetti</p> <p>Poêlée de légumes frais GRTA</p> <p>Flan vanille nappé caramel</p> <p>Glace à l'eau "Explorer "</p>
<p>Jeudi 18 NOVEMBRE</p>	<p>Bâtonnet de Gruyère</p> <p>Salade mêlée GRTA</p> <p>Poisson à la provençale, quartier de citron</p> <p>Emincé de poulet (Suisse) à la crème</p> <p>Polenta au lait GRTA</p> <p>Trio de rosettes</p> <p>Mandarine</p> <p>Tartelette aux pommes</p>
<p>Vendredi 19 NOVEMBRE</p>	<p>Carotte râpée GRTA</p> <p>Escalope de dinde (France), sauce champignons</p> <p>Emince de porc (Suisse) à l'indienne</p> <p>Riz pilaw(ognion GRTA)</p> <p>Brocolis</p> <p>Yogourt Balko framboise</p> <p>Yogourt BIO chocolat</p>

DU LUNDI 22 AU VENDREDI 26 NOVEMBRE 2021

INSTITUT DE LANCY



Lundi 22 NOVEMBRE	<b>Salade texane</b>	
	<b>Filet de saumon, sauce à l'aneth</b>	<b>BAR A SAUCES</b> pesto, napolitaine, sauce carbonara à la dinde (France), (Gruyère et Parmesan)
	<b>Penne</b> <b>Poêlée d'épinards</b> <b>Ananas cube</b>	
<b>ASIA</b>		
Mardi 23 NOVEMBRE	<b>Salade de pousses de soja GRTA</b>	<b>Salade de chou chinois</b>
	<b>Rouleaux de printemps végétariens, sauce aigre-douce</b>	Brochette de poulet (Suisse) yakitori
	<b>Riz basmati</b> <b>Poêlée de légumes asia (carottes GRTA)</b> <b>Litchi au sirop</b>	
Mercredi 24 NOVEMBRE	<b>Salade de lentilles GRTA</b>	
	<b>Gigot d'agneau (N. Zél.), jus au romarin</b>	Emincé de bœuf (Suisse) forestier
	<b>Polenta au lait GRTA (crémeuse)</b> <b>Haricot vert persillé</b>	
	<b>Yogourt Balko fraise</b>	Eclair chocolat
Jeudi 25 NOVEMBRE	<b>Carotte râpée GRTA</b>	<b>Batavia</b>
	<b>Couscous (merguez, ragoût d'agneau, aileron de poulet)</b>	
	<b>Semoule et bouillon</b> <b>Légumes couscous</b> <b>Clémentine</b>	
Vendredi 26 NOVEMBRE	<b>Feuille de chêne GRTA, croûtons</b>	
	<b>Pizza</b>	Boeuf (Suisse) bourguignon <b>SANS PORC</b>
	<b>Poire</b>	Spätzli poêlés Purée de carotte
		<b>Fromage à tartiner (vache qui rit)</b>

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 29 NOVEMBRE AU VENDREDI 03 DECEMBRE 2021



INSTITUT DE LANCY



Lundi 29 NOVEMBRE	Carottes râpée jaune	
	Steak haché de boeuf GRTA, sauce aux oignons GRTA	Haut de cuisse de poulet (Suisse), sauce aux champignons
	Fusili	
	Fondue d'endives	
	Yogourt fraise GRTA	Mousse au chocolat
Mardi 30 NOVEMBRE	Salade pain de sucre GRTA	
	Emincé d'agneau (N. Zél.) au curry madras (oignon GRTA)	Mini chipolata (Suisse), sauce moutarde
	Semoule et bouillon	
	Poêlée de légumes oubliés	
	Mandarine	Perle de lait vanille
Mercredi 01 DECEMBRE	Salade de jeunes pousses	
	Sauté de veau (Suisse) forestier	Filet de dinde GRTA, jus au romarin
	Purée de patates douces	
	Céleri GRTA sauté	
	Banane	Île gourmande
Jeudi 02 DECEMBRE	Salade de betterave cube cuite et maïs	
	Dos de cabillaud, brunoise de tomate et persil	Blanquette d'agneau (N. Zél.)
	Riz pilaw (oignon GRTA)	
	Carottes vichy GRTA	
	Compote de pommes	Orange
Vendredi 03 DECEMBRE	Mêlée GRTA céleri râpé	
	Escalope de dinde (France), sauce napolitaine	Schublig (Suisse), sauce moutarde
	Gratin pomme de terre	
	Haricot vert poêlé	
	Flan caramel	Yogourt nature GRTA