

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 10 AU VENDREDI 14 JANVIER 2022



INSTITUT DE LANCY



Lundi 10 JANVIER LES ROIS	Carotte râpée GRTA	Salade mêlée GRTA
	Cuisse de poulet GRTA, jus au romarin	Sauté d'agneau (N. Zél.) provençal
	Couronne des rois	Galette de rösti Trio de rosettes Pomme gala
Mardi 11 JANVIER	Velouté de légumes GRTA	
	cannelloni épinards ricotta, sauce tomate	Epoule de veau (Suisse) , sauce aux oignons GRTA
	Yogourt miel GRTA	Purée de patates douces au lait GRTA Céleri GRTA sauté Clémentine
Mercredi 12 JANVIER	Salade de mâche GRTA et dès de fromage	
	Emincé de dinde (France) aux champignons	Tranche de cou de porc (Suisse) rôti, sauce aux pruneaux
	Compote pomme poire	Blé ébly Carottes glacées GRTA Yogourt BIO vanille
Jeudi 13 JANVIER	Mêlée GRTA céleri râpé	
	Bœuf (Suisse) strogonoff	Saucisse de veau (Suisse) , sauce moutarde
	Flan caramel	Spätzli poêlés Tomate à la provençale KAKI
Vendredi 14 JANVIER	Salade d'endives et noix	
	Dos de cabillaud, sauce citron	Blanquette de dinde (France)
	Kiwi cube	Pomme de terre vapeur persillée Gratin d'épinard au lait GRTA Tartelette au citron

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 17 AU VENDREDI 21 JANVIER 2022

INSTITUT DE LANCY



<p>Lundi 17 JANVIER ASIA</p>	<p style="text-align: center;">Salade de pousses de soja GRTA</p> <p>Rouleaux de printemps végétariens au four (feuille de batavia et menthe fraîche) Brochette de poulet (Suisse) yakitori</p> <p style="text-align: center;">Riz cantonais (sans porc) Poêlée de légumes asia</p> <p>Perle de lait coco Litchi au sirop</p>
<p>Mardi 18 JANVIER</p>	<p style="text-align: center;">Salade verte</p> <p>Emincé d'agneau (N. Zél.) au curry vert Merguez (sans porc) Suisse</p> <p style="text-align: center;">Semoule et bouillon Tajine de légumes</p> <p>Salade d'ananas cube</p>
<p>Mercredi 19 JANVIER</p>	<p style="text-align: center;">Salade de betterave cube cuite</p> <p>Escalope de dinde (France), sauce agrume Steak haché de boeuf GRTA, sauce aux oignons GRTA</p> <p style="text-align: center;">Galette de rösti</p> <p>Panaché de légumes frais GRTA</p> <p>Yogourt GRTA abricot Clémentine</p>
<p>Jeudi 20 JANVIER</p>	<p>Soupe de légumes GRTA Carotte râpée GRTA</p> <p>Poisson au four à la provençale Jambon à l'os (Suisse), sauce érable</p> <p style="text-align: center;">Riz pilaw (oignon GRTA) Panais braisé</p> <p>Eclair assortis (speculos, chocolat,)</p>
<p>Vendredi 21 JANVIER</p>	<p style="text-align: center;">Salade composée (maïs, tomate, salade verte GRTA)</p> <p>Penne, sauce carbonara à la dinde Bar à pâtes (Penne, tagliatelles)</p> <p style="text-align: center;">Sauce carbonara à la dinde , pesto, napolitaine , gruyère et parmesan Haricot vert persillé</p> <p>Compote pomme framboise Panna cotta fruit rouge</p>

LUNCH-SERVICE MIGROS

DU LUNDI 24 AU VENDREDI 28 JANVIER 2022

INSTITUT DE LANCY



Lundi 24 JANVIER	Taboulé	Salade mêlée GRTA
	Steak haché de veau (Suisse) ,sauce moutarde	Schublig (Suisse), sauce oignons GRTA
		Coeur de blé
	Séré framboise	Fondue de poireaux GRTA Poire
Mardi 25 JANVIER	Céleri râpé frais GRTA	Radis
	Tortellini ricotta épinards, sauce tomate	Côtes d'agneau (N. Zél.) , jus aux herbes
		Riz sauvage Poêlée de légumes oubliés
	Kaki	Yogourt Balko framboise
Mercredi 26 JANVIER		Salade pain de sucre GRTA
	Emincé de poulet à l'aigre doux	Papet vaudois
		Riz basmati
	Compote pommes- fraises	Poêlée de courge GRTA Perle de lait coco
Jeudi 27 JANVIER		Mais
	Couscous royal agneau, merguez, aileron poulet, semoule, Légumes couscous et pois chiches) et bouillon	(ragout agneau, merguez, aileron poulet, semoule, Légumes couscous et pois chiches) et bouillon
		Fruit frais coupés (ananas, kiwi, mangue)
Vendredi 28 JANVIER	Salade mêlée GRTA	Tomate cerise
	Filet de sandre, sauce hollandaise	Quiche assortis (fromage , épinard, poireaux chevre)
		Pomme de terre vapeur persillée Carottes vichy GRTA
	Petits suisses aux fruits	Petits suisses nature