

## Menus de la semaine 06

### lundi, 3 février 2025

Salade verte (GRTA)

Queues de crevettes (ASC Vietnam) au lait de coco <sup>1</sup>

Riz parfumé

Carottes (GRTA) Vichy

Crêpe de la Chandeleur au chocolat

Pain Maïs (Suisse)

### mardi, 4 février 2025

Salade coleslaw (GRTA)



Gnocchis de pommes de terre à la crème et fromage râpé

Cubes de butternut et petits pois

Yogourt myrtille

Pain Pavé (Bio-Suisse-GRTA)

### jeudi, 6 février 2025

Potage de légumes (GRTA)

Lasagnes de bœuf (Suisse) <sup>2</sup>

Salade verte (GRTA)

Clémentine

Pain Paysan (Suisse-GRTA)

### vendredi, 7 février 2025

Macédoine de légumes



Omelette au fromage

Pommes de terre sautées (GRTA)

Ratatouille

Pomme (GRTA)

Pain Mi-Blanc (Suisse-GRTA)

#### Alternatives végétariennes



<sup>1</sup> Riz cantonais végétal, carottes Vichy

<sup>2</sup> Lasagnes végétales au tofu soyeux

**GRTA** : La marque de garantie "Genève Région - Terre Avenir" certifie que ce produit est issu de la région genevoise et s'inscrit dans les principes de développement durable.

**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**



# Récapitulatif des allergènes



Arachides Céleri Crustacés Fruits à coque Gluten Lactose Lupins Mollusques Moutarde Œufs Poisson Sésame Soja Sulfites

## Menus de la semaine 06

### lundi, 3 février 2025

|                 |  |   |   |               |         |   |  |  |   |   |   |  |   |   |
|-----------------|--|---|---|---------------|---------|---|--|--|---|---|---|--|---|---|
| Entrée          |  |   |   |               |         |   |  |  |   |   |   |  |   |   |
| Plat principal  |  | ● | ● |               | ● (blé) | ● |  |  | ● | ● | ● |  | ● | ● |
| Plat végétarien |  | ● |   |               | ● (blé) | ● |  |  |   | ● |   |  | ● |   |
| Dessert         |  |   |   | ● (noisettes) | ● (blé) | ● |  |  |   | ● |   |  | ● | ● |

### mardi, 4 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |  |   |   |  |  |  |   |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|--|---|---|--|--|--|---|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |  | ● | ● |  |  |  | ● |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |   | ● |  |  |  |   |
| Dessert         |  |   |  |  |         | ● |  |  |   |   |  |  |  |   |

### jeudi, 6 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |  |  |   |  |   |  |  |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|--|--|---|--|---|--|--|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |  |  |   |  |   |  |  |
| Plat principal  |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  |   |  |  |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  | ● |  |  |
| Dessert         |  |   |  |  |         |   |  |  |  |   |  |   |  |  |

### vendredi, 7 février 2025

|                 |  |  |  |  |  |   |  |  |   |   |  |  |  |   |
|-----------------|--|--|--|--|--|---|--|--|---|---|--|--|--|---|
| Entrée          |  |  |  |  |  |   |  |  | ● | ● |  |  |  | ● |
| Plat végétarien |  |  |  |  |  | ● |  |  |   | ● |  |  |  |   |
| Dessert         |  |  |  |  |  |   |  |  |   |   |  |  |  |   |

|                        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
|------------------------|--|--|--|--|----------------------|---|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Pain                   |  |  |  |  | ● (blé, orge seigle) | ● |  |  |   |   |  |  |  |  |
| <b>Sauces à salade</b> |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce Italienne        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce French           |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |
| Vinaigrette maison     |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |

## Menus de la semaine 07

**lundi, 10 février 2025**

Salade de betterave

Vienne de volaille (Suisse) rôtie, jus au thym <sup>1</sup>  
Purée de patate douce  
Haricots verts

Pomme du pays  
Pain Pavé (Bio-Suisse-GRTA)

**mardi, 11 février 2025**

### Menu GRTA

Salade verte (GRTA)



Pâtes (GRTA), au fromage et pesto (GRTA)  
Poêlée de carottes et oignons (GRTA)

Yogourt au miel (GRTA)  
Pain Paysan (Suisse-GRTA)

**jeudi, 13 février 2025**

Céleri rémoulade

Filet de saumon (ASC Norvège) à l'aneth <sup>2</sup>  
Pommes de terres rôties  
Gratin d'épinards

Paris-brest  
Pain Mi-Blanc (Suisse-GRTA)

**vendredi, 14 février 2025**

Salade batavia (GRTA)



Chili con végétarien  
Riz

Banane  
Pain Maïs (Suisse)



### Alternatives végétariennes

<sup>1</sup> Saucisse végétale rôtie, jus au thym

<sup>2</sup> Omelette

**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**

**GRTA** : La marque de garantie "Genève Région - Terre Avenir" certifie que ce produit est issu de la région genevoise et s'inscrit dans les principes de développement durable.



# Récapitulatif des allergènes



## Menus de la semaine 07

Arachides

Céleri

Crustacés

Fruits à coque

Gluten

Lactose

Lupins

Mollusques

Moutarde

Œufs

Poisson

Sésame

Soja

Sulfites

### lundi, 10 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |   |  |  |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|--|--|--|--|---|--|--|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |   |  |  |
| Plat principal  |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  |  |  |   |  |  |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  |  |  | ● |  |  |
| Dessert         |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |   |  |  |

### mardi, 11 février 2025

|                 |  |   |  |                   |         |   |  |  |  |   |  |  |  |  |
|-----------------|--|---|--|-------------------|---------|---|--|--|--|---|--|--|--|--|
| Entrée          |  |   |  |                   |         |   |  |  |  |   |  |  |  |  |
| Plat végétarien |  | ● |  | ● (noix de cajou) | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  |  |  |  |
| Dessert         |  |   |  |                   |         | ● |  |  |  |   |  |  |  |  |

### jeudi, 13 février 2025

|                 |  |   |  |                        |         |   |  |  |   |   |   |  |   |   |
|-----------------|--|---|--|------------------------|---------|---|--|--|---|---|---|--|---|---|
| Entrée          |  | ● |  |                        |         |   |  |  | ● | ● |   |  |   | ● |
| Plat principal  |  | ● |  |                        | ● (blé) | ● |  |  |   |   | ● |  |   |   |
| Plat végétarien |  | ● |  |                        | ● (blé) | ● |  |  |   | ● |   |  |   |   |
| Dessert         |  |   |  | ● (amandes, noisettes) | ● (blé) | ● |  |  |   | ● |   |  | ● |   |

### vendredi, 14 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dessert         |  |   |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
|------------------------|--|--|--|--|----------------------|---|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Pain                   |  |  |  |  | ● (blé, orge seigle) | ● |  |  |   |   |  |  |  |  |
| <b>Sauces à salade</b> |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce Italienne        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce French           |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |
| Vinaigrette maison     |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |

## Menus de la semaine 08

### lundi, 17 février 2025

Salade de Haricots verts



Nuggets de pois et blé, sauce ketchup  
Pommes de terre country  
Carottes (GRTA) en rondelles

Poire à croquer  
Pain Paysan (Suisse-GRTA)

### mardi, 18 février 2025

Salade mêlée (GRTA)

Calamars à la romaine (MSC Pacifique) sauce tartare <sup>1</sup>  
Riz sauvage  
Gratin de chou-fleur

Yogourt caramel  
Pain Mi-Blanc (Suisse-GRTA)

### jeudi, 20 février 2025

Salade de maïs



Pizza margherita au fromage  
Salade verte (GRTA)

Salade d'ananas  
Pain Maïs (Suisse)

### vendredi, 21 février 2025

Cubes de concombre et carottes râpées (GRTA)

Fusilli à la sauce bolognaise de bœuf (Suisse) <sup>2</sup>  
Gruyère râpé

Eclair Vanille  
Pain Pavé (Bio-Suisse-GRTA)



#### Alternatives végétariennes



<sup>1</sup> Riz sauvage cantonais, gratin de chou-fleur

<sup>2</sup> Fusilli sauce napolitaine, gruyère râpé

**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**

**GRTA** : La marque de garantie "Genève Région - Terre Avenir" certifie que ce produit est issu de la région genevoise et s'inscrit dans les principes de développement durable.



# Récapitulatif des allergènes



## Menus de la semaine 08

Arachides

Céleri

Crustacés

Fruits à coque

Gluten

Lactose

Lupins

Mollusques

Moutarde

Œufs

Poisson

Sésame

Soja

Sulfites

### lundi, 17 février 2025

|                 |  |  |  |  |         |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
|-----------------|--|--|--|--|---------|--|--|--|--|--|--|--|---|--|
| Entrée          |  |  |  |  |         |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Plat végétarien |  |  |  |  | ● (blé) |  |  |  |  |  |  |  | ● |  |
| Dessert         |  |  |  |  |         |  |  |  |  |  |  |  |   |  |

### mardi, 18 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |   |   |   |  |  |   |  |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|---|---|---|--|--|---|--|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |   |   |   |  |  |   |  |
| Plat principal  |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  | ● | ● | ● |  |  |   |  |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |   |   | ● |  |  | ● |  |
| Dessert         |  |   |  |  |         | ● |  |   |   |   |  |  |   |  |

### jeudi, 20 février 2025

|                 |  |  |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|--|---------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Entrée          |  |  |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Plat végétarien |  |  |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dessert         |  |  |  |  |         |   |  |  |  |  |  |  |  |  |

### vendredi, 21 février 2025

|                 |  |   |  |  |         |   |  |  |  |   |  |  |   |  |
|-----------------|--|---|--|--|---------|---|--|--|--|---|--|--|---|--|
| Entrée          |  |   |  |  |         |   |  |  |  |   |  |  |   |  |
| Plat principal  |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  |  |   |  |
| Plat végétarien |  | ● |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  |  |   |  |
| Dessert         |  |   |  |  | ● (blé) | ● |  |  |  | ● |  |  | ● |  |

|                        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
|------------------------|--|--|--|--|----------------------|---|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Pain                   |  |  |  |  | ● (blé, orge seigle) | ● |  |  |   |   |  |  |  |  |
| <b>Sauces à salade</b> |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce Italienne        |  |  |  |  |                      |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce French           |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |
| Vinaigrette maison     |  |  |  |  |                      |   |  |  | ● | ● |  |  |  |  |