

## Menus de la semaine 40

### lundi, 2 octobre 2023

Salade batavia (GRTA)

Noix de joue de bœuf (Suisse) longuement braisée façon bourguignonne <sup>1</sup>

Cornettes au beurre

Haricots verts

Poire

Pain pavé Bio (GRTA)

### mardi, 3 octobre 2023

Salade de chou rouge (GRTA)

Filet de saumon (ASC - Norvège) braisé au four sauce crémeuse au citron vert <sup>2</sup>

Riz basmati (Bio)

Brocolis vapeur

Paris-brest

Pain mi-blanc (GRTA)

### jeudi, 5 octobre 2023

Salade verte

Burger de poulet (Suisse) crunchy sauce barbecue maison <sup>3</sup>

(salade, tomates, oignons)

Pommes de terre country (GRTA)

Compote pomme-coing

Pain paysan (GRTA)

### vendredi, 6 octobre 2023

Salade de carottes (GRTA) cuites, vinaigrette citron-menthe

Raviolini au fromage, coulis de tomates à l'origan



Salade d'ananas

Pain au maïs (GRTA)

### Alternatives végétariennes

<sup>1</sup> Gratin de cornettes aux petits légumes et fromage

<sup>2</sup> Riz basmati bio aux légumes et tofu Bio

<sup>3</sup> Burger végétarien



**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 40 lundi, 2 octobre 2023

|                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Entrée          |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Plat principal  |           | ●      |           |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    |         |        |      |          |
| Plat végétarien |           | ●      |           |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    |         |        | ●    |          |
| Dessert         |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |

## mardi, 3 octobre 2023

|                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Entrée          |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Plat principal  |           | ●      | ●         |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    | ●       |        | ●    |          |
| Plat végétarien |           | ●      |           | ●              | ●      | ●       |        |            |          | ●    |         |        | ●    |          |
| Dessert         |           |        |           | ●              | ●      | ●       |        |            |          | ●    |         |        |      |          |

## jeudi, 5 octobre 2023

|                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Entrée          |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Plat principal  |           | ●      |           |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    |         | ●      | ●    |          |
| Plat végétarien |           | ●      |           |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    |         | ●      | ●    |          |
| Dessert         |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |

## vendredi, 6 octobre 2023

|                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Entrée          |           |        |           |                |        |         |        |            | ●        | ●    |         |        |      |          |
| Plat végétarien |           |        |           |                | ●      | ●       |        |            |          | ●    |         |        | ●    |          |
| Dessert         |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |

|                    | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|--------------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Pain               |           |        |           |                | ●      |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Sauce à salade     |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Sauce Italienne    |           |        |           |                |        |         |        |            | ●        |      |         |        |      |          |
| Sauce French       |           |        |           |                |        |         |        |            | ●        | ●    |         |        |      |          |
| Vinaigrette maison |           |        |           |                |        |         |        |            | ●        | ●    |         |        |      |          |

## Menus de la semaine 41

### lundi, 9 octobre 2023

Salade tex-mex au maïs, haricots rouges

Emincé de cuisses de poulets (Suisse) sauce curry doux <sup>1</sup>

Riz pilaf

Poireaux (GRTA) béchamel

Yogourt (GRTA)

Pain au maïs (GRTA)

### mardi, 10 octobre 2023

**Menu 100% GRTA**

Céleri rémoulade (GRTA)

Quiche automnale aux courges butternut (GRTA) et fromage de chèvre

Batavia (GRTA)

Pomme (GRTA)

Pain paysan (GRTA)

### jeudi, 12 octobre 2023

**\* Menu Espagnol \***

Picadillo de tomates (GRTA)

(salade de tomates, poivrons, oignons blancs et persil)

Calamars à la romaine (Pacifique Sud-Est), sauce andalouse <sup>2</sup>

Pommes de terre rôties au paprika

Brocolis

Cuajada (flan pâtissier espagnol)

Pain mi-blanc (GRTA)

### vendredi, 13 octobre 2023

Salade mêlée (GRTA)

Lasagnes de bœuf (Suisse) <sup>3</sup>



Mousse au chocolat

Pain pavé (Bio-GRTA)

### Alternatives végétariennes

<sup>1</sup> Emincé de quorn sauce curry doux

<sup>2</sup> Ragoût de pommes de terre (GRTA), tomates, œuf et paprika fumé

<sup>3</sup> Lasagnes végétariennes à la protéine de pois



**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 41 lundi, 9 octobre 2023

Arachides

Céleri

Crustacés

Fruits à coque

Gluten

Lactose

Lupins

Mollusques

Moutarde

Œufs

Poisson

Sésame

Soja

Sulfites

|                 |  |   |  |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
|-----------------|--|---|--|--|---|---|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Entrée          |  |   |  |  |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Plat principal  |  | • |  |  | • | • |  |  | • |   |  |  |  |  |
| Plat végétarien |  |   |  |  | • | • |  |  |   | • |  |  |  |  |
| Dessert         |  |   |  |  |   | • |  |  |   |   |  |  |  |  |

## mardi, 10 octobre 2023

|                 |  |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |  |   |  |
|-----------------|--|---|--|---|---|---|--|--|---|---|--|--|---|--|
| Entrée          |  | • |  |   |   |   |  |  | • |   |  |  |   |  |
| Plat végétarien |  |   |  | • | • | • |  |  |   | • |  |  | • |  |
| Dessert         |  |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |  |   |  |

## jeudi, 12 octobre 2023

|                 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |  |  |  |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|--|--|--|--|
| Entrée          |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |  |  |  |
| Plat principal  |   | • | • |   | • | • |  | • | • | • |  |  |  |  |
| Plat végétarien |   | • |   |   | • | • |  |   | • | • |  |  |  |  |
| Dessert         | • |   |   | • | • | • |  |   |   | • |  |  |  |  |

## vendredi, 13 octobre 2023

|                 |  |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |   |   |  |
|-----------------|--|---|--|---|---|---|--|--|---|---|--|---|---|--|
| Entrée          |  |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |   |   |  |
| Plat principal  |  | • |  |   | • | • |  |  | • | • |  |   | • |  |
| Plat végétarien |  | • |  |   | • | • |  |  | • | • |  |   | • |  |
| Dessert         |  |   |  | • |   | • |  |  |   | • |  | • | • |  |

|                    |  |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
|--------------------|--|--|--|--|---|--|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Pain               |  |  |  |  | • |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce à salade     |  |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce Italienne    |  |  |  |  |   |  |  |  | • |   |  |  |  |  |
| Sauce French       |  |  |  |  |   |  |  |  | • | • |  |  |  |  |
| Vinaigrette maison |  |  |  |  |   |  |  |  | • | • |  |  |  |  |

## Menus de la semaine 42

### lundi, 16 octobre 2023

Salade feuille de chêne (GRTA)

Gratin de pommes de terre au fromage et aux œufs  
carottes fondantes

Eclair vanille  
Pain mi-blanc (GRTA)

### mardi, 17 octobre 2023

Salade de concombres et tomates (GRTA) à la menthe

Queues de crevettes (ASC - Vietnam) au lait de coco et curry <sup>1</sup>  
Riz parfumé  
Poêlée de légumes asiatiques

Yogourt aux fruits  
Pain pavé (Bio GRTA)

### jeudi, 19 octobre 2023

Salade coleslaw (GRTA)

Tortellini au bœuf (Suisse), sauce Napolitaine <sup>2</sup>  
Fromage râpé

Compote pomme-cannelle  
Pain paysan (GRTA)

### vendredi, 20 octobre 2023

Salade de haricots verts

Cordon bleu de dinde (Francee) <sup>3</sup>  
Polenta (GRTA) gratinée au fromage  
Brocolis



Poire à croquer  
Pain au maïs (GRTA)

### Alternatives végétariennes

<sup>1</sup> Riz cantonais végétarien

<sup>2</sup> Tortellini ricotta épinards sauce Napolitaine

<sup>3</sup> Polenta crémeuse, gratinée au fromage, sauce tomate



**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 42 lundi, 16 octobre 2023

|                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coque | Gluten | Lactose | Lupins | Mollusques | Moutarde | Œufs | Poisson | Sésame | Soja | Sulfites |
|-----------------|-----------|--------|-----------|----------------|--------|---------|--------|------------|----------|------|---------|--------|------|----------|
| Entrée          |           |        |           |                |        |         |        |            |          |      |         |        |      |          |
| Plat végétarien |           | ●      |           |                | ●      | ●       |        |            | ●        | ●    |         |        | ●    |          |
| Dessert         | ●         |        |           | ●              | ●      | ●       |        |            |          | ●    |         |        | ●    |          |

## mardi, 17 octobre 2023

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

## jeudi, 19 octobre 2023

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

## vendredi, 20 octobre 2023

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

|                    |  |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
|--------------------|--|--|--|--|---|--|--|--|---|---|--|--|--|--|
| Pain               |  |  |  |  | ● |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce à salade     |  |  |  |  |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |
| Sauce Italienne    |  |  |  |  |   |  |  |  | ● |   |  |  |  |  |
| Sauce French       |  |  |  |  |   |  |  |  | ● | ● |  |  |  |  |
| Vinaigrette maison |  |  |  |  |   |  |  |  | ● | ● |  |  |  |  |