



Plan de menus janvier février 2026 5 jours

Lundi 26 janvier	Mardi 27 janvier	Mercredi 28 janvier	Jeudi 29 janvier	Vendredi 30 janvier
<p>Potage légumes taillés GRTA  CELERI</p> <p>Saucisse de Veau (Suisse)  LAIT</p> <p>Mousseline de pomme de terre  LAIT</p> <p>Carottes GRTA Fruit frais</p> <p>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)  GLUTEN</p>	<p>Salade en feuille GRTA Mito's meatballs (Poulet : Suisse) New (Recette anime Hunter Hunter)  SOJA  SULFITES</p> <p>Riz blanc jasmin</p> <p>Haricots plats</p> <p>Compote pomme maison (Sucrée à 2% de sucre de canne bio)</p> <p>Pain artisan maison GRTA (Suisse)  GLUTEN</p>	<p>Hamburger (Buns (suisse) maison à la farine GRTA,  GLUTEN (Filet de poulet : France), Sauce curry,  OEUFS Tomate, salade mélée GRTA, fromage,  LAIT Pommes de terre sautées GRTA Fruit frais</p>	<p>Carottes râpées GRTA Lasagnes bolognaise végé  GLUTEN  LAIT</p> <p>Haricots verts Fruit frais</p> <p>Torsade céréales maison avec farine GRTA (Suisse)  GLUTEN  SESAME</p>	<p>Salade de chou cru GRTA Aiguillettes de colin aux céréales  POISSON  GLUTEN</p> <p>Quartier de citron Cœur de blé GRTA  GLUTEN</p> <p>Potiron sauté aux épices et lait de coco NEW  MOUTARDE</p> <p>Île flottante Voir composition sur le pot Pain bis maison GRTA (Suisse)  GLUTEN</p>

La gastronomie a toujours été une source d'inspiration pour les arts, comme au cinéma ou en littérature et les mangas ainsi que les bandes dessinées ne font pas exception. Rien de tel, que ces œuvres graphiques pour combiner histoires captivantes à des recettes illustrées qui donnent l'eau à la bouche ! chefsquare.fr

Lundi 2 février Chandeleur	Mardi 3 février	Mercredi 4 février	Jeudi 5 février	Vendredi 6 février
<p>Mais Coquillette  GLUTEN pesto rosso  LAIT Fromage râpé</p>	<p>Carottes râpées GRTA Emincé de poulet (France) Au curry Riz nature Romanesco Fruit frais Pain au maïs avec farine de blé GRTA (Suisse)  GLUTEN</p>	<p>Salade verte GRTA Hachis parmentier bœuf (Suisse)  LAIT  CELERI Haricots verts Yogourt nature Voir composition sur le pot Et confiture</p>	<p>Soupe de navet et betterave GRTA NEW Rôti de dinde (France) et son jus Crozets  GLUTEN  OEUFS Carottes GRTA</p>	<p>Salade mélée crudités GRTA Péla avec pomme de terre GRTA  LAIT Panaché de légumes GRTA Compote Tutti frutti (Sucrée à 2% de sucre de canne bio) Voir composition sur le pot Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</p>

 LAIT Rave GRTA Crêpe (France)    + topping chocolat  SOJA Pain artisan maison GRTA (Suisse)  GLUTEN		Torsade blanche maison GRTA (Suisse)  GLUTEN	 Cake citron de nos pâtissiers de nos pâtissiers, à la farine GRTA (Suisse)    LAIT Pain bis maison GRTA (Suisse)  GLUTEN	 GLUTEN
<p>La consommation de crêpes serait un hommage au cycle de saisons et plus précisément à l'arrivée du Printemps qui annonce des jours meilleurs. Cette fête est accompagnée de superstitions. Si les paysans ne faisaient pas de crêpes à la Chandeleur, le blé serait mauvais l'année suivante.</p>				
Lundi 9 février	Mardi 10 février	Mercredi 11 février	Jeudi 12 février	Vendredi 13 février
<p>Betterave cuite GRTA  Legs of fire (Cuisse de poulet (Suisse) recette mexico, croustillant, piquant, sucré, collant...) Pommes de terre GRTA Ratatouille Fruit frais Torsade céréales maison GRTA (Suisse)   GLUTEN SESAME </p>	<p>Salade mélée GRTA  Penne  GLUTEN Sauce crémeuse butternut  LAIT Fromage râpé  LAIT Brocolis Yogourt myrtille Emmi Suisse (Vrac) Voir composition sur le pot Torsade blanche maison GRTA (Suisse)  GLUTEN </p>	<p>Salade verte GRTA Cordon bleu (volaille Suisse)   GLUTEN LAIT Sauce tomate Cœur de blé  GLUTEN Chou fleur Fruit frais Pain au maïs avec farine de blé GRTA(Suisse)  GLUTEN </p>	<p>Carottes râpée GRTA Filet de saumon (Norvège),  POISSON Sauce chien Riz nature Epinards Compote pomme nature maison (Sucrée à 2% de sucre de canne bio) Pain bis maison GRTA (Suisse)  GLUTEN </p>	<p>Salade de radis noir, Vinaigrette thaïe   POISSON SOJA Sheeta's beef stew (Boeuf : Suisse, Pommes de terre GRTA, carottes GRTA) New (Recette anime Château dans le ciel *Ghibli*) Yogourt nature Crème Voir composition sur le pot Pain artisan maison GRTA (Suisse)  GLUTEN </p>

New = Nouvelle recette. Merci pour vos retours 😊 😢

Bio / GRTA : Les menus sont établis 1 mois à l'avance. Il est difficile de prévoir les récoltes. Nous vous signalerons si changement.

Fruit frais : Dénomination afin de laisser à notre primeur le choix de proposer les fruits de saisons mûrs. Il est difficile de prévoir les récoltes et la qualité gustative.