



Plan de menus octobre 2025

Lundi 29 septembre	Mardi 30 septembre	Jeudi 2 octobre <i>Voyage en Corée</i>	Vendredi 3 octobre
<i>Boulette d'agneau-boeuf (Suisse) à la suédoise</i> <i>Mousseline de pommes de terre au lait GRTA</i> <i>Chou rouge</i> <i>Yogourt</i> <i>Pain maïs maison à la farine GRTA (Suisse)</i>	<i>Concombre GRTA</i> <i>Curry de patate douce et courge</i> <i>Cœur de blé</i> <i>Crème dessert</i> <i>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Tomates cerises</i> <i>Bulgogi (New)</i> <i>Bœuf (Suisse) mariné et grillé</i> <i>Pour manger différemment, à la coréenne : (Poser le bœuf sur le riz qui est posé sur la feuille de salade croquante)</i> <i>Cake au citron maison avec farine GRTA (Suisse)</i> <i>Pain artisan maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Soupe froide de courgettes GRTA à la coriandre (New)</i> <i>Cravates à la sauce tomate</i> <i>Fromage râpé</i> <i>Haricots jaunes</i> <i>Yogourt</i> <i>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</i>
<i>Le mot korma vient de l'ourdou <i>ḱormā</i> ou <i>ḱormah</i>, qui veut dire « braiser », eux-mêmes dérivés du turc <i>kavurma</i>, qui veut littéralement dire « viande cuite ». Korma prend ses origines dans la cuisine moghole, correspondant à l'Inde et au Pakistan actuels. C'est un plat caractéristique de l'Empire moghol, que l'on retrouve au XVI^e siècle lors des incursions de l'Empire moghol dans ce qui est actuellement le nord de l'Inde, le Pakistan et le Bangladesh. (Wikipédia) A vos cartes de géographie 😊</i>			
Lundi 6 octobre	Mardi 7 octobre	Jeudi 9 octobre	Vendredi 10 octobre <i>Voyage en Inde</i>
<i>Omelette</i> <i>Boulgour</i> <i>Fondue de poireaux GRTA</i> <i>Compote pomme poire</i> <i>(Sucrée à 2% de sucre de canne bio)</i> <i>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Carottes râpées GRTA</i> <i>Colin à l'italienne</i> <i>Pommes de terre GRTA vapeur</i> <i>Epinards natures</i> <i>Fruit frais</i> <i>Pain artisan maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Betterave crue râpée bio GRTA</i> <i>Penne à la bolognaise de lentilles GRTA</i> <i>Fromage râpé</i> <i>Haricots verts</i> <i>Crème dessert</i> <i>Pain tessinois maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Ragout d'agneau (Irlande) Korma (New)</i> <i>Riz nature</i> <i>Carottes glacées GRTA</i> <i>Fruit frais</i> <i>Pain naan (France)</i>
<i>Macaroni and cheese (colloquially known as mac and cheese and known as macaroni cheese in the United Kingdom is a pasta dish of macaroni covered in cheese sauce, most commonly cheddar sauce Its origins trace back to cheese and pasta casseroles in medieval England. (Wikipédia)</i>			
Lundi 13 octobre	Mardi 14 octobre	Jeudi 16 octobre <i>Voyage en Thaïlande</i>	Vendredi 17 octobre <i>Goût suisse</i>
<i>Tomates cerises</i> <i>Mac and cheese</i> <i>Panaché de légumes GRTA</i> <i>Yogourt ananas (vrac)</i> <i>Pain Artisan maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Emincé de poulet (France) au chorizo</i> <i>(Porc : Espagne)</i> <i>Carré de polenta au lait GRTA</i> <i>Côtes de blettes bio GRTA</i> <i>Fruit frais</i> <i>Pain maïs maison à la farine GRTA (Suisse)</i>	<i>Carottes râpées GRTA</i> <i>Pad priew wan (New) :</i> <i>Sauté aigre-doux au tofu et ananas</i> <i>Riz jasmin</i> <i>Romanesco</i> <i>Yogourt</i> <i>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</i>	<i>Swissburger (New)</i> <i>Bœuf (Suisse), buns maison à la farine GRTA (Suisse), Batavia GRTA, tomate GRTA, raclette, sauce yogourt, pommes de terre sautées GRTA</i> <i>Fruit frais</i>

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.