



Menus de la semaine 38  
**Semaine du goût : Les céréales**

APEMS & REPECTOIRE D'ECUBLENS



**lundi, 16 septembre 2024**

Jeûne fédéral

**mardi, 17 septembre 2024**

Salade de carottes et maïs

Sauté de cuisses de poulet (Suisse) au houblon  
(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)  
Risotto d'épeautre au Parmesan (gluten, céleri, lactose)  
Pois-gourmand à la française  
Tarte aux pruneaux  
(gluten, lactose, œuf, fruits à coque)  
Pain Paysan (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

**mercredi, 18 septembre 2024**

Gaspacho de concombre à l'aneth (gluten, sésame, soja, sulfites)  
Tranche de porc (Suisse), sauce au pain de seigle  
(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)  
Riz sauvage  
Tomate rôtie aux herbes  
Fromage blanc (lactose)  
Pain Torsade (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

**jeudi, 19 septembre 2024**  
Végétarien

**Menu froid**

Poke bowl au millet et tofu (Soja) au curry (soja, sésame, moutarde, gluten)  
(millet au vinaigre de riz, chou chinois, edamame, pousses de haricots mungo, julienne de carottes, rondelles de concombre, wakame assaisonné à l'huile de sésame, jus de citron et sauce soja)

Fruits  
Pain Mi-Blanc (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

**vendredi, 20 septembre 2024**

Taboulé Libanais (gluten, sulfites)

"Galette saucisse" de volaille (Suisse) à la Bretonne (gluten, œuf, lactose)  
(dans une galette de sarrasin, avec un confit d'aigillons et du fromage rapé)  
Pommes de terre wedges (gluten)  
Gratin de chou-fleur (céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Banane  
Pain Bis Noir (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

Sauce French (moutarde, œuf)  
Sauce maison (moutarde, œuf)  
Sauce balsamique





Ménus de la semaine 38  
Semaine du goût : les céréales



VEGETARIEN

lundi, 16 septembre 2024

Jeûne fédéral

mardi, 17 septembre 2024

Salade de carottes et maïs

Planted chicken au houblon

(céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Risotto d'épeautre au Parmesan (gluten, céleri, lactose)

Pois-gourmand à la française

Tarte aux pruneaux

(gluten, lactose, œuf, fruits à coque)

Pain Paysan (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

mercredi, 18 septembre 2024

Gaspacho de concombre à l'aneth (gluten, sésame, soja, sulfites)

Escalope de quorn, sauce au pain de seigle

(gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

Riz sauvage

Tomate rôtie aux herbes

Fromage blanc (lactose)

Pain Torsade (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

jeudi, 19 septembre 2024

**Menu froid**

Poke bowl au millet et tofu (Bio) au curry (soja, sésame, moutarde, gluten)

(millet au vinaigre de riz, chou chinois, edamame,ousse de haricots mungo, julienne de carottes, rondelles de concombre, wakame assaisonné à l'huile de sésame, jus de citron et sauce soja)

Fruits

Pain Mi-Blanc (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

vendredi, 20 septembre 2024

Taboulé Libanais (gluten, sulfites)

Galette saucisse végétale "à la Bretonne"

(gluten, œuf, soja, lactose)

Pommes de terre wedges (gluten)

Gratin de chou-fleur (céleri, gluten, lactose, moutarde, œuf, poisson, soja)

Banane

Pain Bis Noir (gluten, lactose, œuf, fruits à coque, sésame)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce maison (moutarde, œuf)

Sauce balsamique



## Menus de la semaine 38

Menus destinés aux enfants souffrant  
d'allergies ou d'intolérances alimentaires



lundi, 16 septembre 2024

Jeûne Fédéral

mardi, 17 septembre 2024

Salade de carottes et maïs  
Falafel  
Lentilles corail en risotto  
Pois-gourmand à la française  
Gâteau aux pruneaux

mercredi, 18 septembre 2024

Gaspacho de concombre à l'aneth  
Tranche de porc (Suisse), sauce à l'oignons  
Riz sauvage  
Tomate rôtie aux herbes  
Sojasun (soja)

jeudi, 19 septembre 2024

### Menu froid

Poke bowl au quinoa et tofu (Bio) au curry (moutarde)  
(chou chinois, pousses de haricots mungo, julienne de carottes, rondelles de concombre)

Pomme gala

vendredi, 20 septembre 2024

Salade de riz aux herbes fraîches  
Wrap de saucisse de volaille (Suisse) à la Bretonne  
Pommes de terre sautées  
Gratin de chou-fleur (sans allergènes)



Banane

