### [Filets de lieu jaune à la poêle - Une recette facile pour cuisiner le lieu jaune](https://www.google.ch/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fwww.fruitsdelamer.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2015%2F09%2Flieu-jaune.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.fruitsdelamer.com%2Fpoissons%2Flieu-jaune%2F&tbnid=dnlhQAX3fAlvxM&vet=10CFAQMyjVAmoXChMI2I-GxPia7gIVAAAAAB0AAAAAEAQ..i&docid=XrutexKThEJkEM&w=567&h=259&q=dos%20de%20lieu%20noir%20%C3%A0%20la%20po%C3%AAle&ved=0CFAQMyjVAmoXChMI2I-GxPia7gIVAAAAAB0AAAAAEAQ)

**Menu Pommier**

**Semaine 03**

**Du 18 au 22.01.2021**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Lundi*** | ***MARDI*** | ***MERCREDI*** | ***JEUDI*** | ***VENDREDI*** |
| ***10 H*** | Panier de fruits | Panier de fruits | Panier de fruits | Panier de fruits | Panier de fruits |
| ***12 H*** | Salade mêlée  Rösti au fromage et  fines herbes  Panaché de légumes au maïs et haricots rouges | Salade de lentilles GRTA  Poitrine de dinde fumée ou steak de soja  Pépinettes  Bâtonnets de carottes | Cèleri rémoulade  Filet d'épaule de bœuf ou tofu bio en pot au feu  Pommes de terre  et légumes du pot | Soupe de légumes  Dos de lieu noir à l'orange ou samosas aux légumes maison  Riz bio safrané  Gratin de poireaux | Salade de carottes râpées  Tortellini aux champignons sauce tomate  Fromage râpé  Chou-fleur au paprika |
| ***16 H*** | Pain et caprice des dieux | Lunettes aux fraises et lait | Pain et chocolat blanc et noir | Compote et/ou yaourt et biscuits | Cracottes, fromage à tartiner et fruits |
| ***Bébés*** | Poulet  Pommes de terre  Petits pois  Carottes | Dinde  Polenta  Chou-fleur  Carottes | Œufs  Pâtes  Épinards  Courge | Poisson  Riz  Courgette  Carotte | Veau  Patate douce  Fenouil  Brocoli |
| ***Goûter Bébés*** | Bananes | Pomme, orange | Poire | Bananes | Pommes, orange |

*Pdt. : pommes de terre*

\*Provenance de la volaille : France Bœuf : Suisse, Poisson : France

*Nous vous donnons volontiers des informations détaillées sur la présence d’allergènes dans les plats. En cas d’allergie ou d’intolérance chez votre enfant, merci de vous adresser à notre personnel.*

GRTA, ***G****enève* ***R****égion -* ***T****erre* ***A****venir certifie les produits de la région genevoise pour un développement durable*

*2 pains Bio et/ou GRTA sont proposés chaque semaine. Nous n'utilisons que du lait GRTA dans nos préparations*