



Menus de la semaine 45
Les Guifettes



lundi, 3 novembre 2025		
Menu	Gouter	
Potage de légumes de saison	Pain suédois (blé, lactose)	
V Pommes de terre gratinées au fromage à raclette (céleri, blé, lactose, moutarde, œuf) Courge rôtie	Mousse de thon (Océan Indien) (lactose, poisson, œuf, moutarde, sulfites)	
Yogourt myrtille (lactose) Pain Pavé (Bio-Suisse) (blé)		
mardi, 4 novembre 2025		
Menu	Gouter	
Salade de maïs	Dar-Vida (blé, sésame)	
Pavé de colin Bordelaise (MSC Pacifique) ¹ (blé, lactose, moutarde, œuf, poisson)		
Ebly à la tomate (blé) Haricots verts	Verre de lait (lactose)	
Eclair au chocolat (France) (blé, lactose, œuf)		
Pain Torsade (Suisse) (blé, orge)		
mercredi, 5 novembre 2025		
Menu	Gouter	
Salade mélée	Cookie (blé, œuf, lactose)	
Boulettes de bœuf (Suisse) sauce tomate ² (céleri, blé, lactose)		
Gnocchi de pommes de terre (blé, œuf)	Pom'Pote	
Navets confits		
Compote		
Pain Bis Noir (Suisse) (blé, lactose)		
jeudi, 6 novembre 2025		
Menu	Gouter	
Salade coleslaw (moutarde, œuf)	Pain mais (blé, lactose, œuf)	
Mijoté de poulet (Suisse) tandoori ³ (céleri, blé, lactose, sulfites)		
Riz basmati	Gruyère (lactose)	
Carottes glacées au cumin		
Pomme gala		
Pain Paysan (Suisse) (blé, seigle, orge, lactose)		
vendredi, 7 novembre 2025		
Menu	Gouter	
Velouté de courge		
Escalope de dinde (France) milanaise ⁴ (céleri, blé, lactose)		
Sauce napolitaine aux petits légumes	Madeleine (blé, œuf, lactose)	
Cornettes (blé, œuf)		
Fromage blanc au coulis de fruits rouges (lactose)		
Pain Mi-Blanc (Suisse) (blé, orge)		

Alternatives végétariennes

¹ Galette épeautre, tomates, provolone (lactose, œuf, blé)

² Omelette sauce tomate (œuf, lactose)

³ Sauté de pois et blé tandoori (céleri, blé, lactose, œuf, sulfites)

⁴ Cornettes sauce napolitaine aux petits légumes, fromage râpé (blé, œuf, lactose)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce maison (moutarde, œuf)





Menus de la semaine 46
Les Guifettes



lundi, 10 novembre 2025	
Menu	Goûter
Fête de la St Martin	
Potage parmentier <small>(blé, céleri)</small>	Muesli <small>(blé, orge)</small>
Emincé de porc (Suisse) de la Saint-Martin ¹ <small>(céleri, blé, lactose, moutarde)</small>	Fromage blanc au coulis de fruits <small>(lactose)</small>
Spätzli <small>(blé, œuf)</small>	
Céleri confit	
Paris-brest (France) <small>(blé, œuf, lactose, fruits à coque)</small>	
Pain Pavé (Bio-Suisse) <small>(blé)</small>	
mardi, 11 novembre 2025	
Velouté de chou-fleur <small>(céleri, blé, lactose)</small>	Biscotte <small>(blé, orge, lactose)</small>
Nuggets de poulet (Suisse), sauce fromage blanc aux herbes ² <small>(céleri, blé, lactose)</small>	Confiture
Pommes de terre sautées	
Choux de Bruxelles	
Yogourt vanille <small>(lactose)</small>	
Pain Paysan (Suisse) <small>(blé, seigle, orge, lactose)</small>	
mercredi, 12 novembre 2025	
Menu	Goûter
Salade verte	Donuts
Steak haché de bœuf (Suisse), jus à l'échalote ³ <small>(céleri, blé, lactose)</small>	<small>(blé, soja, lactose)</small>
Polenta crémeuse <small>(céleri, blé, lactose)</small>	
Fondue de poireaux <small>(céleri, blé, lactose)</small>	Yogourt à boire <small>(lactose)</small>
Banane	
Pain Torsade (Suisse) <small>(blé, orge)</small>	
jeudi, 13 novembre 2025	
Menu	Goûter
Salade batavia	Pain au lait (Suisse) <small>(blé, orge, lactose)</small>
Queues de crevettes (ASC Vietnam), au lait de coco et curry ⁴ <small>(céleri, blé, lactose, moutarde, crustacés, poisson)</small>	
Riz pilaf <small>(céleri, blé)</small>	Chocolat <small>(lactose)</small>
Haricots verts	
Compote de poire	
Pain Mi-Blanc (Suisse) <small>(blé, orge)</small>	
vendredi, 14 novembre 2025	
Menu	Goûter
Salade de lentilles vertes et petits légumes <small>(céleri, blé)</small>	Pain de mie complet <small>(blé)</small>
Farfalle au pesto <small>(céleri, blé, lactose, œuf)</small>	
Parmesan <small>(lactose, œuf)</small>	Tilsit <small>(lactose)</small>
Fruit	
Pain du Moulin (Suisse) <small>(blé, orge)</small>	

Alternatives végétariennes

¹ Omelette au fromage (*œuf, lactose*)

² Nuggets végétal, sauce fromage blanc aux herbes (*céleri, blé, lactose*)

³ Steak végétal, jus à l'échalote (*céleri, blé, lactose, soja*)

⁴ Ragoût de pois au curry et au lait de coco (*céleri, lactose*)



Menus de la semaine 47
Les Guifettes



lundi, 17 novembre 2025	
Menu	Goûter
<p>Macédoine</p>  <p>Ragoût de poulet (Suisse) à la crème ¹ (céleri, blé, lactose)</p> <p>Purée de pomme de terre (céleri, blé)</p> <p>Brunoise de légumes</p> <p>Pomme</p> <p>Pain Paysan (Suisse) (blé, seigle, orge, lactose)</p>	Tarte normande (France) (blé, œuf, lactose)
mardi, 18 novembre 2025	
<p>Velouté de courge</p> <p>Spaghetti à la bolognaise de bœuf (Suisse)² (céleri, blé, œuf, lactose)</p> <p>Parmesan râpé (lactose, œuf)</p> <p>Fromage blanc au coulis de fruit (lactose)</p> <p>Pain Mi-Blanc (Suisse) (blé, orge)</p>	<p>Pain au lait (blé, lactose)</p> <p>Dips de légumes sauce yaourt (lactose)</p>
mercredi, 19 novembre 2025	
<p>Salade verte</p> <p>Boulettes d'agneau (Suisse), jus aux épices ³ (céleri, blé)</p> <p>Quinoa au bouillon (céleri, blé)</p> <p>Poêlée de légumes aux épices orientales</p> <p>Compote</p> <p>Pain Bis Noir (Suisse) (blé, lactose)</p>	<p>Cookie (blé, œuf, lactose)</p> <p>Pom'Pote</p>
jeudi, 20 novembre 2025	
<p>Salade de choux chinois et pomme verte</p>  <p>Emincé de pois et blé, sauce aigre-douce (céleri, blé, lactose, œuf, sulfites)</p> <p>Riz cantonais (céleri, blé, lactose, œuf)</p> <p>Carottes Vichy</p> <p>Mousse au chocolat (lactose, œuf, soja)</p> <p>Pain du Moulin (Suisse) (blé, orge)</p>	<p>Biscotte (blé, lactose)</p> <p>Kiri (lactose)</p>
vendredi, 21 novembre 2025	
<p>Potage de légume de saison</p> <p>Filet de saumon (ASC Norvège), quartier de citron (poisson)⁴</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Gratin d'épinards (céleri, blé, lactose)</p>  <p>Salade de fruit frais</p> <p>Pain Pavé (Bio-Suisse) (blé)</p>	<p>Dar Vida (blé, sésame)</p> <p>Chocolat (lactose)</p>

Alternatives végétariennes

¹Falafel de patate douce, sauce fromage blanc aux herbes (lactose, sulfites)

²Spaghetti à la sauce napolitaine aux petits légumes et parmesan (blé, œuf)

³Boulettes de légumes, jus aux épices (céleri, blé, lactose, moutarde, œuf)

⁴Œuf dur (œuf)



Menus de la semaine 48
Les Guifettes



lundi, 24 novembre 2025	
Menu	Goûter
Soupe de tomate (blé, céleri) Anneaux de calamars (Pacifique sud-Ouest) à la romaine, sauce tartare ¹ <small>(blé, lactose, poisson, crustacés, mollusques)</small> Riz basmati Rosettes de romanesco Compote Pain Pavé (Bio-Suisse) (blé)	Cake marbré <small>(blé, oeuf, soja)</small>
mardi, 25 novembre 2025	
Menu	Goûter
Salade de chou rouge Émince de poulet aux champignons ² <small>(céleri, blé, lactose)</small> Polenta crémeuse (blé, céleri, lactose) Haricots verts Tarte au flan (blé, œuf, lactose) Pain Mi-Blanc (Suisse) (blé, orge)	Muesli <small>(blé, orge)</small> Verre de lait <small>(lactose)</small>
mercredi, 26 novembre 2025	
Menu	Goûter
Salade verte Tranche de porc (Suisse) à la sauge ³ <small>(céleri, blé, lactose)</small> Purée de patates douces <small>(céleri, blé, lactose)</small> Salsifis confits Poire Pain Torsade (Suisse) (blé, orge)	Yogourt à boire <small>(lactose)</small> Muffin myrtille <small>(blé, œuf, lactose)</small>
jeudi, 27 novembre 2025	
Menu	Goûter
Soupe de légumes de saison (blé, céleri) Hamburger de bœuf (Suisse), sauce maison ⁴ <small>(tomate, oignon crispy)</small> <small>(blé, lactose, moutarde, œuf, sulfites)</small> Pommes de terre country Salade verte Kiwi	Pain Suédois <small>(blé, lactose)</small> Houmous <small>(sésame)</small>
vendredi, 28 novembre 2025	
Menu	Goûter
 Salade verte et œuf dur Nouilles sautées à l'huile de sésame (sésame) Julienne de légumes, edamame sauce soja <small>(céleri, blé, lactose, soja)</small> Fromage blanc coulis de fruit (lactose) Pain Paysan (Suisse) (blé, seigle, orge, lactose)	Petit délice (Suisse) <small>(blé, orge, lactose)</small> Kiri <small>(lactose)</small>

Alternatives végétariennes

¹ Aiguillettes de blé, épinard et féta, sauce tartare (céleri, blé, œuf, lactose)

² Polenta crémeuse au fromage, sauce champignons (céleri, blé, lactose)

³ Sticks de fromage (céleri, blé, lactose)

⁴ Hamburger végétarien (blé, soja), sauce maison

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce maison (moutarde, œuf)

