



Menus de la semaine 45

Les Guifettes



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

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

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)

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





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>	<p>Tarte normande (France) (blé, œuf, lactose)</p>
mardi, 18 novembre 2025	
Menu	Goûter
<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	
Menu	Goûter
<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	
Menu	Goûter
 <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	
Menu	Goûter
<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)

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

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

⁴ Œuf dur (œuf)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce maison (moutarde, œuf)





Menus de la semaine 48

Les Guifettes



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

Alternatives végétariennes

¹ Aiguillettes de blé, épinard et fêta, 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)

