

## Menus du 05 février 2024 au 1<sup>er</sup> mars 2024

Lundi 05 février 2024	Mardi 06 février 2024	Jeudi 08 février 2024	Vendredi 09 février 2024
<p>Gratin de pâtes au jambon de dinde (Allemagne) Carottes GRTA à l'ail, miel et gingembre Fruit frais</p> <p><i>Le gingembre est une espèce de plantes originaire d'Inde et de Chine. On utilise le rhizome en cuisine et en médecine traditionnelle. Ce rhizome est une épice très employée dans un grand nombre de cuisines asiatiques, et en particulier dans la cuisine indienne</i></p>	<p></p> <p>Salade de lentilles Gnocchis aux légumes d'hiver Salade verte GRTA Liégeois vanille caramel</p> <p><i>La cuisine indienne est connue pour ses saveurs riches et diversifiées, et les lentilles jouent un rôle central dans de nombreux plats. Urad Dal (lentilles noires fendues / Toor Dal: ( petites lentilles jaunes souvent utilisées dans les dal et les soupes) / Moong Dal (haricots mungo fendus) : Ce sont de petites lentilles jaunes qui ont été fendues et pelées. Ils ont une saveur douce et sucrée</i></p>	<p><b>Recette d'Emilie de Mosaic</b></p> <p>Mêlée GRTA Tajine de poulet (Suisse) au citron Cake de nos chefs pâtisseries</p> <p><i>Expression : Icing on the cake – le détail qui met la touche finale à une situation (= la cerise sur le gâteau) She was happy to meet George Clooney, but getting a photo with him was icing on the cake.</i></p>	<p><b>Nouvel an asiatique</b></p> <p>Carottes râpées GRTA vinaigrette agrume Emincé de bœuf (Suisse) petit dragon Riz nature Romanesco Fruit frais</p> <p><i>À l'origine, le Nouvel An chinois est une fête agricole. Célébrée comme la fête du Printemps, elle est fêtée le premier jour de l'année lunaire. samedi 10 février 2024 année du Dragon, sous l'élément du Bois</i></p>
<p>Lundi 12 février 2024 <b>Plat principal issu du cahier de recettes Société Suisse de Nutrition</b></p>	<p>Mardi 13 février 2024 <b>Plat principal issu du cahier de recettes Société Suisse de Nutrition</b></p>	<p>Jeudi 15 février 2024 <b>Plat principal issu du cahier de recettes Société Suisse de Nutrition</b></p>	<p>Vendredi 16 février 2024 <b>Plat principal issu du cahier de recettes Société Suisse de Nutrition</b></p>
<p></p> <p>Radis boule Spaghettis sauce aux légumes Mousse au chocolat</p> <p><i>Petite expression anglo-saxonne : To cry over spilt milk (pleurer le lait renversé) : se dit de deplorer un événement auquel on ne peut rien changer</i></p>	<p><b>Mardi Gras</b> Poitrine de poulet (Suisse) mariné à l'orange et au persil, légumes et risotto alla milanaise Crêpe</p>	<p>Salade de céleri GRTA Saumon sur lit de légumes et pomme de terre nature GRTA Dessert semoule au caramel</p> <p><i>Petite expression du jour : Pédaler dans la semoule : ne pas progresser, s'embourber, être dépassé par les événements.</i></p>	<p>Rôti de porc (Suisse) accompagné de chou rouge et spätzli Fruit frais</p> <p><i>Le chou rouge produit une substance appelée la pruine, une fine pellicule protectrice poudreuse que l'on retrouve tout autour du chou. Celle-ci permet au chou rouge de se protéger de la sécheresse et des rayons du soleil. Sa couleur violette provient de molécules (les anthocyanes) qui servent à créer des teintures végétales.</i></p>
<p>Lundi 26 février 2024</p>	<p>Mardi 27 février 2024</p>	<p>Jeudi 29 février 2024</p>	<p>Vendredi 1er mars 2024 <b>Menu de Sabri CLI CO Bois Caran</b></p>
<p></p> <p>Lasagnes aux légumes Haricots verts Fruit frais 种瓜得瓜, 种豆得豆。 <i>Zhòng guā dé guā, zhòng dòu dé dòu. Semez des melons et vous aurez des melons, semez des haricots et vous aurez des haricots. / On ne récolte que ce qu'on sème.</i></p>	<p>Salade mêlée GRTA ¼ de poulet rôti Gratin de pomme de terre Purée de courgette Yogourt fraise</p> <p><i>Petite expression espagnole : « Ser la leche »: Littéralement "être le lait". Cela signifie être génial Ramener sa fraise : On dit d'une personne qu'elle "ramène sa fraise" lorsqu'elle intervient dans une discussion sans que le sujet de conversation ne la regarde ou sans qu'on lui ait demandé son avis.</i></p>	<p>Salade de penne aux légumes Hot-dog (sans porc) Crudités GRTA Compote pomme rhubarbe</p> <p><i>Plusieurs espèces de rhubarbes étaient connues dans l'Antiquité et utilisées comme plante médicinale en Chine. En Europe, c'est en Grande-Bretagne qu'on commence à l'utiliser en cuisine à partir du XIX siècle</i></p>	<p>Salade de tomate et carotte GRTA Steak haché de bœuf (Suisse) Riz et ketchup Poêlée de légumes et artichauts Banane</p> <p><i>Raconter des salades : Cette métaphore date du 19ème siècle. Ici, on compare une salade (un mélange de plusieurs ingrédients) à un ensemble de ragots qui peuvent passer pour vrais. Cela équivaut à raconter des histoires.</i></p>

Tous les jours, notre pain fait maison GRTA accompagne le repas, sauf lorsqu'un pain spécial est indiqué.

« L'astérisque (\*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison ».

« Pour des raisons sanitaires, nous recourons à des fonds et bouillons industriels ne répondant pas aux exigences du Label Fait Maison ».

