



[www.adalia.ch](http://www.adalia.ch)  
Adalia traiteur



## Plan de menus mars 2026 – Les menus 🍷 sont de retour



Lundi 16 mars	Mardi 17 mars	Jeudi 19 mars	Vendredi 20 mars
<p>Salade de maïs 🍷</p> <p>Fusilli Napoli (Suisse-éco score B+)</p> <p>Sauce Napolitaine <i>(Avec tomates issues de l'agriculture durable)</i></p> <p>Fromage râpé</p> <p>Haricots verts (Suisse-éco score A-)</p> <p>Yogourt nature + poudre Spéculoos</p> <p>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</p>	<p>🍷</p> <p>Shawarma (Poulet : Suisse)</p> <p>Tomate et salade mêlée GRTA</p> <p>Boullgour</p> <p>Sauce yogourt</p> <p>Compote pomme rhubarbe maison <i>(Sucrée à 2% de sucre de canne bio)</i></p> <p>Pain pita</p>	<p>Carottes râpées GRTA</p> <p>Filet de colin d'Alaska meunière <i>(MSC – Océan Pacifique Nord-Ouest / Nord-Est)</i></p> <p>Quartier de citron 🍷</p> <p>Riz (Italie éco-score B-) frit</p> <p>Epinards (Suisse-éco score A)</p> <p>Fruit frais</p> <p>Torsade céréales maison avec farine GRTA (Suisse)</p>	<p>Salade de betterave crue GRTA</p> <p>🍷</p> <p>Emincé de porc (Suisse) au caramel</p> <p>Cornettes d'épeautre (Suisse-éco score A+)</p> <p>Courgettes sautées</p> <p>Yogourt ananas vrac (Suisse-éco score B)</p> <p>Pain bis maison GRTA (Suisse)</p>
<p><i>L'idée de base d'un repas à l'envers est simple : il s'agit de déguster les plats d'un repas dans l'ordre inverse de celui auquel nous sommes habitués. Au lieu de commencer par l'entrée, on débute par le dessert, suivi du plat principal, et on termine par l'entrée...</i></p>			
Lundi 23 mars	Mardi 24 mars	Jeudi 26 mars Menu à rebrousse-poil de nos chefs Sébastien, Vincent et Jean-François	Vendredi 27 mars
<p>Soupe de légumes GRTA</p> <p>🍷</p> <p>Saucisse de veau (Suisse)</p> <p>Sauce oignons</p> <p>Mousseline de pommes de terre</p> <p>Tomate au four</p> <p>Fruit frais</p> <p>Pain maïs maison (Suisse) avec farine blé GRTA</p>	<p>Salade mêlée GRTA</p> <p>Farfalle Napoli (Suisse-éco score B+)</p> <p>🍷</p> <p>Sauce pesto de roquette maison</p> <p>Fromage râpé</p> <p>Panaché de légumes GRTA</p> <p>Tam-Tam assorti</p> <p>Pain artisan maison GRTA (Suisse)</p>	<p>Soupe de fruits rouges</p> <p>🍷</p> <p>Cordon bleu de dinde (Suisse)</p> <p>Spatzli (Suisse-éco score A-)</p> <p>Purée de carottes à l'orange et épices</p> <p>Pain au safran « type » cuchaule</p> <p>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</p>	<p>Salade verte GRTA</p> <p>🍷</p> <p>Emincé de poulet (France) au curry</p> <p>Riz jasmin</p> <p>Brocolis</p> <p>Fruit frais</p> <p>Pain Genevois maison GRTA (Suisse)</p>
<p><i>La cuchaule est une brioche safranée emblématique du canton de Fribourg, reconnue pour son goût unique et son statut d'Appellation d'Origine Protégée (AOP). La cuchaule est une brioche traditionnelle fribourgeoise, caractérisée par sa couleur jaune due au safran, qui lui confère également un goût subtil et agréable. Elle est souvent associée à la fête de la Bénichon, mais elle est consommée tout au long de l'année.</i></p>			
Lundi 30 mars	Mardi 31 mars	Jeudi 2 avril Bonnes vacances de Pâques	Vendredi 3 avril
<p>Tomate cerise</p> <p>🍷</p> <p>Boulettes de bœuf (Suisse)</p> <p>Semoule de blé dur</p> <p>Tajine de légumes</p> <p>Fruit frais</p> <p>Torsade céréales maison GRTA (Suisse)</p>	<p>Salade mêlée GRTA</p> <p>🍷</p> <p>Legs of fire (Cuisse de poulet (Suisse) recette mexico, croustillant, piquant, sucré, collant...)</p> <p>Pommes de terre GRTA</p> <p>Ratatouille</p> <p>Yogourt nature (Suisse-éco score C+) et Caotina</p> <p>poudre (Suisse-certifié UTZ)</p> <p>Torsade blanche maison GRTA (Suisse)</p>	<p>Trio de salades :</p> <p>Maïs (Italie) / concombre / carottes GRTA</p> <p>🍷</p> <p>Lasagnes (Pâte Suisse-éco score B+) bœuf (Suisse)</p> <p>Dessert de nos chefs pâtissiers Franck et Pierre</p> <p>Pain Artisan maison GRTA (Suisse)</p>	

**New = Nouvelle recette. Merci pour vos retours 😊 😞**

**Bio / GRTA :** Les menus sont établis 1 mois à l'avance. Il est difficile de prévoir les récoltes. Nous vous signalerons si changement.

**Fruit frais :** Dénomination afin de laisser à notre primeur le choix de proposer les fruits de saisons mûrs. Il est difficile de prévoir les récoltes et la qualité gustative.