



## EMS Les Hirondelles

### Menus de midi

21 décembre au 27 décembre 2020






Semaine 52

Lundi 21 décembre 2020	Mardi 22 décembre 2020	Mercredi 23 décembre 2020
<p>Crème de légumes ***</p> <p>Poêlée de crevettes Sauce aigre-douce <b>ou</b> Ragoût de porc aux olives ..... Riz basmati <b>ou</b> Pommes sautées ..... Bâtonnets de carottes ***</p> <p>Salade de fruits frais # Yaourt</p> <p><b>Collation: Produit laitier</b></p>	<p>Velouté St-Germain (petits pois) ***</p> <p>Tortellini au fromage Sauce pesto Fromage râpé <b>ou</b> Foie de veau à la vénitienne ..... Pommes nature ..... Laitue braisée ***</p> <p>Séré maison framboise # Yaourt</p> <p><b>Collation: Fruit</b></p>	<p>Velouté d'asperges ***</p> <p>Rôti haché de boeuf et sa sauce <b>ou</b> Saucisson vaudois ..... Pommes savoyardes <b>ou</b> Potée de lentilles ..... Brocolis ***</p> <p>Poire Yaourt</p> <p><b>Collation: Fruit</b></p>
Jeudi 24 décembre 2020	Vendredi 25 décembre 2020	Samedi 26 décembre 2020
<p>Potage florentine (épinards) ***</p> <p>Ragoût de lapin à la moutarde <b>ou</b> Médallions gourmets végétariens Sauce curry ..... Tagliatelle <b>ou</b> Blé Ebly ..... Colraves à la crème ***</p> <p>Tam-Tam chocolat Yaourt</p> <p><b>Collation: Produit laitier</b></p>	<p>Pâté en croûte et sa saladin ***</p> <p>Dinde farcie aux marrons et son jus Pommes noisette Endives meunière ..... ***</p> <p>Bûche de Noël</p> <p><b>Collation: Fruit</b></p>	<p>Crème de chou-fleur ***</p> <p>Navarin d'agneau aux légumes et pommes de terre <b>ou</b> Brochettes de poulet Yakitori Sauce saté ..... Riz sauvage ..... Légumes Asia ***</p> <p>Tarte fine aux pommes Yaourt</p> <p><b>Collation: Fruit</b></p>
	Dimanche 27 décembre 2020	
	<p>Potage paysanne (taillé) ***</p> <p>Osso bucco de veau braisé <b>ou</b> Paupiette de bœuf au romarin ..... Polenta <b>ou</b> Pâtes ..... Aubergines provençale ***</p> <p>Cheesecake au citron vert Yaourt</p> <p><b>Collation: Produit laitier</b></p>	<div style="text-align: right;">  </div> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p># - sans sucre ajouté </p> </div> <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p><b>Recette santé</b> « Mangez équilibré et bougez régulièrement ! »</p> </div>

--> Seul le 1er choix des menus est labellisé Fourchette verte.

--> Si vous êtes sujet à des allergies ou intolérances, notre équipe de cuisine vous informera volontiers sur les ingrédients utilisés dans nos plats sur simple demande de votre part.

Lundi soir	Mardi soir	Mercredi soir
Potage du jour ***  Rissolle à la viande  <b>ou</b>  Café complet (vande froide, beurre, confiture, fromage, pain)  Salade mêlée *** Crème au café Yaourt	Potage du jour ***  Gratin de courge paysanne  <b>ou</b>  Saucisses de vienne Ketchup Cornettes  Salade *** Compotée de pruneaux maison # Yaourt	Potage du jour ***  Semoule sucrée Coulis de fruits rouges  <b>ou</b>  Gnocchi à la sauge  Salade mêlée *** Tomme vaudoise Yaourt
Jeudi soir	Vendredi soir	Samedi soir
Potage du jour ***  Carré de porc et son jus Pommes grenaille rôties Tomate au four  *** Salade d'ananas à la menthe #	Potage du jour ***  Croûte valaisanne  <b>ou</b>  Panier aux légumes  Salade mêlée *** Ile flottante Yaourt	Potage du jour ***  Souper vaudois (charcuterie, fromage, beurre, confiture, pommes de terre)  <b>ou</b>  Quenelles de brochet Nantua Pommes vapeur  Salade *** Salade de kiwis # Yaourt
	Dimanche soir	
	Potage du jour ***  Délices aux champignons  <b>ou</b>  Roesti Bernois  Salade mêlée *** Banane Yaourt	     <b>Recette santé</b> « Mangez équilibré et bougez régulièrement ! »

--> Seul le 1er choix des menus est labellisé Fourchette verte.

--> Si vous êtes sujet à des allergies ou intolérances, notre équipe de cuisine vous informera volontiers sur les ingrédients utilisés dans nos plats sur simple demande de votre part.