




EMS Les Hirondelles

Menus de midi

11 janvier au 17 janvier 2021



Semaine 2

Lundi 11 janvier 2021	Mardi 12 janvier 2021	Mercredi 13 janvier 2021
<p>Crème d'asperges ***</p> <p>Ragoût de boeuf au romarin ou Escalopine de porc à la crème Quinoa ou Pommes duchesse Gratin de côtes de bettes *** Clémentine Yaourt</p> <p>Collation: Fruit</p>	<p>Crème de pois jaunes ***</p> <p>Spirales Sauce Zia Teresa Fromage râpé ou Ragoût de lapin à l'estragon Polenta Poêlée de légumes à l'ancienne *** Danonino Yaourt</p> <p>Collation: Produit laitier</p>	<p>Velouté de betteraves ***</p> <p>Jambon braisé et son jus ou Chipolatas de veau Moutarde Pommes purée ou Pâtes Carottes en rondelles *** Salade de fruits exotiques # Yaourt</p> <p>Collation: Gâteau allégé</p>
Jeudi 14 janvier 2021	Vendredi 15 janvier 2021	Samedi 16 janvier 2021
<p>Potage bonne-femme (taillé) ***</p> <p>Tranche de saumon Sauce aneth ou Paupiette de bœuf au thym Pommes vapeur ou Pâtes Epinards en branches *** Pomme Yaourt</p> <p>Collation: Gâteau allégé</p>	<p>Velouté garbure ***</p> <p>Mignons de poulet panés Sauce barbecue ou Emincé de porc à l'ananas Coquillages tricolores ou Riz parfumé Tomate au four *** Crème catalane Yaourt</p> <p>Collation: Compote</p>	<p>Potage Bâlois (oignons) ***</p> <p>Osso bucco de veau Gremolata ou Gigot d'agneau braisé Tagliatelle vertes ou Pommes sautées Colraves à la crème *** Forêt-noire Yaourt</p> <p>Collation: Fruit</p>
	Dimanche 17 janvier 2021	
	<p>Velouté de courgettes ***</p> <p>Choucroute garnie (chou, viennes, lard salé, cou de porc fumé, saucisson, pommes ou Médallions gourmets végétariens Sauce napolé Pâtes Petits pois à la française *** Parfait glacé aux marrons Yaourt</p> <p>Collation: Fruit</p>	<p> Certified Sustainable Restaurant</p> <p># = sans sucre ajouté </p> <p> Recette santé « Mangez équilibré et bougez régulièrement ! »</p>

--> 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.

EMS Les Hirondelles

Menus du soir

11 janvier au 17 janvier 2021



Semaine 2

Lundi soir	Mardi soir	Mercredi soir
<p>Potage du jour ***</p> <p>Strudel aux pommes Crème vanille</p> <p>ou</p> <p>Rouleaux de printemps au poulet Sauce soja Nouilles</p> <p>Salade *** Appenzell Yaourt</p>	<p>Potage du jour ***</p> <p>Pizza de pommes de terre au chorizo (pommes de terre, tomate, mozzarella, chorizo)</p> <p>ou</p> <p>Risotto à la milanaise</p> <p>Salade *** Compotée de poires # Yaourt</p>	<p>Potage du jour ***</p> <p>Quiche Gruyérienne</p> <p>ou</p> <p>Café complet (viande froide, beurre, confiture, fromage, pain)</p> <p>Salade *** Pêche Melba Yaourt</p>
Jeudi soir	Vendredi soir	Samedi soir
<p>Potage du jour ***</p> <p>Poivrons farcis Pommes au lait</p> <p>ou</p> <p>Croque-Monsieur</p> <p>Salade mêlée *** Mousse coco-ananas Yaourt</p>	<p>Potage du jour ***</p> <p>Omelette au jambon, fromage et pommes de terre</p> <p>ou</p> <p>Ravioli tomate-mozzarella Sauce pesto Fromage râpé</p> <p>Salade *** Bavarois framboise Yaourt</p>	<p>Potage du jour ***</p> <p>Souper vaudois (charcuterie, fromage, beurre confitures, pommes de terre)</p> <p>ou</p> <p>Boulettes de légumes Sauce curry Riz sauvage</p> <p>Salade *** Salade de kiwis et litchis # Yaourt</p>
	Dimanche soir	
	<p>Potage du jour ***</p> <p>Délices aux champignons</p> <p>ou</p> <p>Roesti Bernois</p> <p>Salade mêlée *** Crème amaretto Yaourt</p>	<p> Certified Sustainable Restaurant</p> <p># = sans sucre ajouté </p> <p> Recette santé « Mangez équilibré et bougez régulièrement ! »</p>

--> 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