

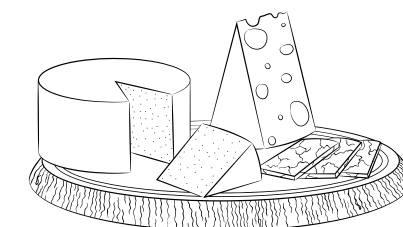
EXEMPLES DE MENUS

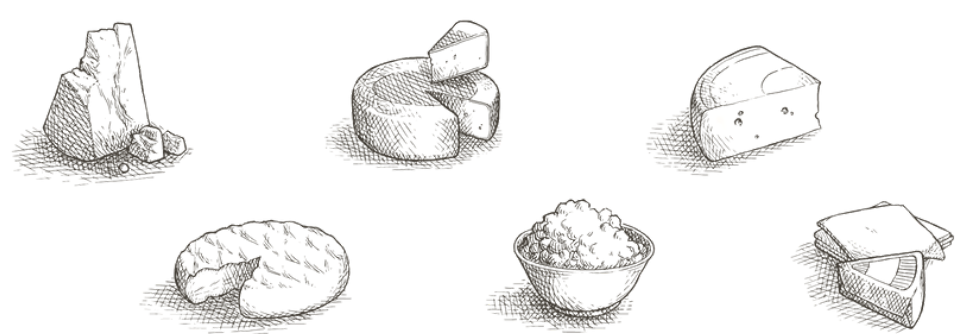


FOURCHETTE VERTE JUNIOR LES FROMAGES DE NOS CANTONS



EXEMPLE 1 VÉGÉTARIEN	EXEMPLE 2	EXEMPLE 3 VÉGÉTARIEN	EXEMPLE 4
Jus de pommes GRTA	Salade de tomate GRTA, mozzarella genevoise et basilic	Dips de carottes GRTA et chou-rave, sauce au yogourt	Salade verte et cubes de Vacherin fribourgeois
Curry de lentilles corail Boulgour et côtes de bette à la provençale	Pilons de poulet grillé (CH) au romarin Ecrasée de pommes de terre GRTA au paprika	Risotto au brocoli et sbrinz râpé Salade de betterave à l'orange	Boulettes de bœuf (CH) Graine de couscous Légumes couscous (carottes GRTA, navets, courgettes GRTA)
Tomme genevoise GRTA	Pruneaux	Fraises	Eclair au chocolat





EXEMPLES DE MENUS

FOURCHETTE VERTE JUNIOR LES FROMAGES DE NOS CANTONS



EXEMPLE 5

Tartine de chèvre frais GRTA et ciboulette, tomates cerise

Rôti de porc (CH), sauce à la moutarde en grains
Polenta

Poire

EXEMPLE 6 VÉGÉTARIEN

Salade de carottes GRTA au citron

Gnocchi, sauce tomate, fromage à pâte dure râpé (Le Tonneau)

Compote de pommes

EXEMPLE 7 VÉGÉTARIEN

Céleri râpé et pommes GRTA
Salade de feuilles de Chêne

Quiche au gruyère

Salade de fruits frais

EXEMPLE 8

Soupe de concombre froide GRTA et rosettes de tête de moine

Spaghetti complet au thon (Océan indien, pêche) et sauce tomate

Raisin

