Menu Ecole Fourchette Verte
Semaine n°40 du lundi 28 septembre 2026 au vendredi 02 octobre 2026

kidelis

Lundi 28/09	Mardi 29/09	Jeudi 01/10	Vendredi 02/10
Salade de betteraves **Ragoût de bœuf** (Suisse) **Sauce au paprika** blé, céleri **Spätzli** blé, œuf **Carottes rondelles GRTA** **Pomme**	**Salade verte GRTA** **Ragoût de pois chiche** **Sauce curry** blé, céleri, moutarde **Fusilli** blé **Courgettes sautées GRTA** **Yogourt aux fraises** lait	**Salade verte GRTA** **Pavé de hoki meunière** (MSC Pacifique Sud-Ouest) blé, lait, moutarde, poisson **Sauce tartare** anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf **Pommes de terre grenaille GRTA en vapeur** **Haricots verts persillé** **Raisin blanc**	**Velouté de patate douce au curry** blé, céleri, moutarde **Dahl de lentilles corail aux courges GRTA et lait de coco** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait, moutarde **Riz parfumé** **Palet coco** (France) blé, lait, oeuf
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

Menu Ecole Fourchette Verte
Semaine n°41 du lundi 05 au vendredi 09 octobre 2026

kidelis

Lundi 05/10	Mardi 06/10	Jeudi 08/10	Vendredi 09/10
Carottes GRTA râpées **Œufs brouillés à la tomate** œuf **Cornettes** blé **Haricots verts** **Madeleine** (France) blé, lait, œuf	**Salade verte GRTA** **Cubes de cabillaud** (MSC Atlantique Nord-Est) poisson **Sauce citron aux herbes** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait **Riz pilaf aux petits pois** blé, céleri **Poire GRTA**	**Menu GRTA** **Velouté de Lentilles vertes GRTA** céleri, lait **Tagliatelles fraiches GRTA** blé, œuf **Sauce crémeuse à la courge GRTA** blé, céleri, lait **Fromage râpé** lait **Pomme gala GRTA**	**Salade de tomates au basilic** **Vienne de Poulet** (Suisse) **Sauce moutarde** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait, moutarde **Pommes grenailles au four** **Compotée de chou rouge GRTA** **Yogourt à l'abricot** lait
Pain mi-blanc GRTA (Suisse) blé, orge	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

Menu Ecole Fourchette Verte
Semaine n°42 du lundi 12 au vendredi 16 octobre 2026

kidelis

Lundi 12/10	Mardi 13/10	Jeudi 15/10	Vendredi 16/10
Julienne de légumes GRTA au soja et sésame sésame, soja **Nasigoreng** céleri, œuf **Riz parfumé** **Tarte au chocolat** (France) blé, lait, œuf	**Salade verte GRTA** **Fish Finger** (MSC Pacifique Nord-Est) blé, froment, poisson, soja **Sauce tartare** anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf **Pommes vapeur GRTA** **Brocolis** **Pomme**	**Salade batavia GRTA** **Boulettes de veau** (Suisse) céleri, moutarde **Jus aux oignons** blé, céleri **Polenta crémeuse** blé, céleri, lait, œuf **Courgettes sautées GRTA** **Banane**	**Potage de légumes GRTA** blé, céleri **Raviolini fromage** blé, froment, lait, œuf **Sauce tomate** blé, céleri **Fromage râpé** lait **Yogourt aux framboises** lait
Pavé meule de pierre bio GRTA (Suisse) blé	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

Menu Ecole Fourchette Verte
Semaine n°44 du lundi 26 au vendredi 30 octobre 2026

kidelis

Lundi 26/10	Mardi 27/10	Jeudi 29/10	Vendredi 30/10 Halloween
Carottes GRTA râpées **Fish'n'chips de colin** (MSC Pacifique Nord-Est) blé, lait, poisson **Sauce tartare** anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf **Blé pilaf** blé, céleri **Chou-fleur persillé** **Poire GRTA**	**Salade verte GRTA** **Gratin d'épinards** blé, céleri, lait **Œuf dur** œuf **Riz basmati** **Compote de pomme**	**Salade de concombres** **Cornettes** blé **Sauce tomate** blé, céleri **Fromage râpé** lait **Carottes Vichy GRTA** **Tam Tam à la vanille** lait	**Soupe à la citrouille GRTA** blé, céleri **Burger de bœuf** (Suisse) blé, froment **Sauce maison** anhydride sulfureux et sulfites, moutarde, œuf **Oignons crispy** blé **Rondelles de tomates** **Salade verte** **Pommes de terre country GRTA** blé, céleri **Donuts d'halloween** (France) blé, lait, œuf, soja
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé	**Bun's sans sésame** (Suisse) blé, orge

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

Menu Ecole végétarien
Semaine n°40 du lundi 28 septembre au vendredi 02 octobre 2026

kidelis

Lundi 28/09	Mardi 29/09	Jeudi 01/10	Vendredi 02/10
Salade de betteraves **Sauté de pois et blé** blé, soja **Sauce au paprika** blé **Spätzli** blé, œuf **Carottes rondelles GRTA** **Pomme**	**Salade verte GRTA** **Ragoût de pois chiche** **Sauce curry** blé, céleri, moutarde **Fusilli** blé **Courgettes sautées GRTA** **Yogourt aux fraises** lait	**Salade verte GRTA** **Omelette** œuf **Sauce tartare** anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf **Pommes de terre grenaille GRTA en vapeur** **Haricots verts persillé** **Raisin blanc**	**Velouté de patate douce au curry** blé, céleri, moutarde **Dahl de lentilles corail aux courges GRTA et lait de coco** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait, moutarde **Riz parfumé** **Palet coco** (France) blé, lait, œuf
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

GENÈVE RÉGION TERRE AVENIR

ECOCOOK

Menu Ecole végétarien
Semaine n°41 du lundi 05 au vendredi 09 octobre 2026

kidelis

Lundi 05/10	Mardi 06/10	Jeudi 08/10	Vendredi 09/10
Carottes GRTA râpées **Œufs brouillés à la tomate** œuf **Cornettes** blé **Haricots verts** **Madeleine** (France) blé, lait, œuf	**Salade verte GRTA** **Falafel** **Sauce citron aux herbes** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait **Riz pilaf aux petits pois** blé, céleri **Poire GRTA**	**Menu GRTA** **Velouté de Lentilles vertes GRTA** céleri, lait **Tagliatelles fraiches GRTA** blé, œuf **Sauce crémeuse à la courge GRTA** blé, céleri, lait **Fromage râpé** lait **Pomme gala GRTA**	**Salade de tomates au basilic** **Saucisse végétale** blé **Sauce moutarde** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait, moutarde **Pommes grenailles au four** **Compotée de chou rouge GRTA** **Yogourt à l'abricot** lait
Pain mi-blanc GRTA (Suisse) blé, orge	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

GENÈVE RÉGION TERRE AVENIR

ECOCOOK

Menu Ecole végétarien
Semaine n°42 du lundi 12 au vendredi 16 octobre 2026

kidelis

Lundi 12/10	Mardi 13/10	Jeudi 15/10	Vendredi 16/10
Julienne de légumes GRTA au soja et sésame sésame, soja **Nasigoreng** céleri, œuf **Riz parfumé** **Tarte au chocolat** (France) blé, lait, œuf	**Salade verte GRTA** **Nuggets végétariens** froment, soja **Sauce tartare** anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf **Pommes vapeur GRTA** **Brocolis** **Pomme**	**Salade batavia GRTA** **Boulettes de légumes** blé, œuf **Jus aux oignons** blé **Polenta crémeuse** blé, céleri, lait, œuf **Courgettes sautées GRTA** **Banane**	**Potage de légumes GRTA** blé, céleri **Raviolini fromage** blé, froment, lait, œuf **Sauce tomate** blé, céleri **Fromage râpé** lait **Yogurt aux framboises** lait
Pavé meule de pierre bio GRTA (Suisse) blé	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

GENÈVE RÉGION TERRE AVENIR

ECOCOOK

Menu Ecole végétarien
Semaine n°44 du lundi 26 au vendredi 30 octobre 2026

kidelis

Lundi 26/10	Mardi 27/10	Jeudi 29/10	Vendredi 30/10
			Halloween
Carottes GRTA râpées		**Salade de concombres**	**Soupe à la citrouille GRTA** blé, céleri
Nuggets végétariens froment, soja	**Salade verte GRTA**	**Cornettes** blé	**Steak grillé végétarien** blé, orge, soja
Sauce tartare anhydride sulfureux et sulfites, lait, moutarde, œuf	**Gratin d'épinards** blé, céleri, lait	**Sauce tomate** blé, céleri	**Sauce maison** anhydride sulfureux et sulfites, moutarde, œuf
Blé pilaf blé, céleri	**Œuf dur** œuf	**Fromage râpé** lait	**Oignons crispy** blé
Chou-fleur persillé	**Riz basmati**	**Carottes Vichy GRTA**	**Rondelles de tomates** **Salade verte** **Pommes de terre country GRTA** blé, céleri
Poire GRTA	**Compote de pomme**	**Tam Tam à la vanille** lait	**Donuts d'halloween** (France) blé, lait, œuf, soja
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé	**Bun's sans sésame** (Suisse) blé, orge

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes.

Nos sauces à salade :
- French *(moutarde, œuf)*
- Italienne *(moutarde)*
- Balsamique *(moutarde, sulfites)*
- Maison *(moutarde, œuf)*

GENÈVE RÉGION TERRE AVENIR

ECOCOOK