

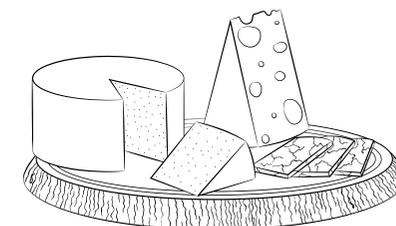
# EXEMPLES DE MENUS

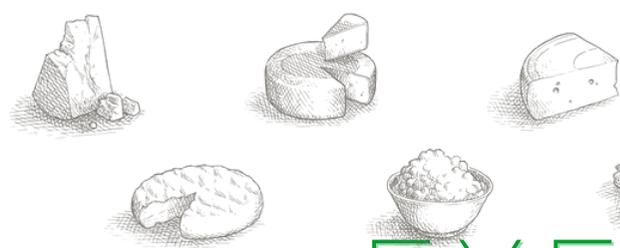


FOURCHETTE VERTE TOUT-PETITS  
LES FROMAGES DE NOS CANTONS



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 Portion de Brie de Romandie
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)
Fraises	Quartiers de pommes crues	Pruneaux	Poires
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
Tomme de Genève GRTA Bâtonnets de concombre et pain paysan GRTA	Tartine au miel Myrtilles	Fromage de chèvre GRTA tartiné Baguette à l'ancienne GRTA Framboises	Clafoutis aux mirabelles





# EXEMPLES DE MENUS



FOURCHETTE VERTE TOUT-PETITS  
LES FROMAGES DE NOS CANTONS



EXEMPLE 5	EXEMPLE 6 VÉGÉTARIEN	EXEMPLE 7 VÉGÉTARIEN	EXEMPLE 8
Tartine de chèvre frais GRTA et ciboulette, tomates cerise	Salade de carottes GRTA au citron	Salade de quinoa, céleri râpé et pommes GRTA	Soupe de concombre froide GRTA
Rôti de porc (CH), sauce champignons Caponata d'aubergines Polenta	Cannellonis épinards et ricotta de la Casa Mozzarella (GE)	Tomme primevère GRTA en feuille de brick	Spaghetti complet au thon (Océan indien, pêche) et sauce tomate Fromage à pâte dure râpé (Le Tonneau)
Poire	Sorbet framboise	Salade de fruits frais	Raisin
GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER
Galettes de maïs Salade de pêches à la menthe fraîche	Bâtonnets de carotte à croquer Pain de campagne Infusion	Tarte aux myrtilles Eau glacée citronnée, sans sucre ajouté	Petites brochette du délice de l'horloger et de quartiers de pommes crues Pain GRTA

