Menu Ecole Fourchette Verte
Semaine n°36 du lundi 31 août au vendredi 04 septembre 2026

kidelis

Lundi 31/08	Mardi 01/09	Jeudi 03/09	Vendredi 04/09
Carottes GRTA râpées	**Salade verte GRTA**	Menu GRTA	**Salade de concombres**
Ragoût de cuisse de poulet (Suisse) **Sauce moutarde** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait / lactose, moutarde	**Couscous de légumes et pois chiche aux épices** blé, céleri	**Salade batavia GRTA**	**Filet de saumon** (ASC Norvège) poisson **Sauce à l'aneth** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait / lactose, poisson
Cornettes blé	**Boulgour au bouillon** blé, céleri	**Quiche GRTA au fromage** blé, lait / lactose, œuf	**Riz blanc**
Haricots verts			**Brocolis**
Poire	**Compote de pomme**	**Yogourt GRTA à l'abricot** lait / lactose	**Nectarine**
Pain au maïs (Suisse) blé, orge	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**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°37 du lundi 07 au vendredi 11 septembre 2026

kidelis

Lundi 07/09	Mardi 08/09	Jeudi	Vendredi 11/09
Salade de maïs	**Salade batavia**		**Carottes GRTA râpées**
Stick de colin croustillant (MSC Pacifique Nord) blé, poisson **Quartier de citron**	**Omelette** œuf **Sauce tomate** blé, céleri	Jeûne Genevois	**Steak haché de bœuf** (Suisse) blé, froment **Sauce au paprika** blé, céleri
Fusilli blé	**Blé pilaf** blé, céleri		**Riz blanc**
Carottes GRTA persillées	**Haricots verts**		**Gratin de chou-fleur** blé, céleri, lait / lactose
Kiri lait / lactose	**Tarte aux pruneaux** (France) blé, lait, œuf		**Yogourt aux fraises** lait / lactose
Pain mi-blanc GRTA (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle		**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°38 du lundi 14 au vendredi 18 septembre 2026

kidelis

Lundi 14/09	Mardi 15/09	Jeudi 17/09	Vendredi 18/09
Houmous Libanais anhydride sulfureux et sulfites, sésame	**Salade verte GRTA**	**Semaine du goût : Les produits laitiers**	**Salade de tomates et mozzarella au basilic** lait / lactose
Nuggets végétariens froment, soja	**Sauté de dinde** (France)	**Salade verte GRTA**	**Pavé de colin bordelaise** (MSC Pacifique Nord) blé, poisson
Sauce maison anhydride sulfureux et sulfites, moutarde, œuf	**Jus à la sauge** blé, céleri		**Riz basmati**
Cornettes blé	**Flageolets verts aux oignons** blé, céleri	**Pizza au fromage** blé, lait / lactose	**Gratin d'épinards** blé, céleri, lait / lactose
Courgettes sautées	**Carottes rondelles GRTA**		
Nectarine	**Yogourt aux framboises** lait / lactose	**Fromage blanc aux fruits rouges** lait / lactose	**Pomme**
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé		**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)*

Fourchette verte · Genève Région Terre Avenir · ECOCOOK

Menu Ecole Fourchette verte
Semaine n°39 du lundi 21 au vendredi 25 septembre 2026

kidelis

Semaine du goût : Les produits laitiers

Lundi 21/09	Mardi 22/09	Jeudi 24/09	Vendredi 25/09
Salade de concombres **Sauce yogourt à l'aneth** anhydride sulfureux et sulfites, lait / lactose	**Salade verte GRTA**	**Tarama de carottes** blé, céleri, lait / lactose	**Salade batavia**
Tortellini ricotta épinards blé, lait / lactose, œuf **Sauce tomate à l'origan crémée** blé, céleri, lait / lactose	**Dos de colin** (MSC Pacifique Nord) poisson **Sauce citron** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait / lactose, poisson	**Falafel** **Sauce fromage blanc au citron** anhydride sulfureux et sulfites, lait / lactose	**Mac n' cheese au jambon de dinde** (Suisse) blé, céleri, lait / lactose, œuf
Fromage râpé lait / lactose	**Pommes grenailles au four**	**Boulgour au bouillon** blé, céleri	**Haricots verts**
Tarte au flan (France) blé, lait, œuf	**Aubergines, tomates au grana padano** blé, céleri, lait / lactose, œuf	**Légumes rôtis aux épices**	**Yogourt au miel** lait / lactose
	Yogourt aux fraises lait / lactose	**Prune**	
Pavé meule de pierre bio GRTA (Suisse) blé	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**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)*

Fourchette verte · Genève Région Terre Avenir · ECOCOOK

Menu Végétarien Ecole
Semaine n°36 du lundi 31 août au vendredi 04 septembre 2026

kidelis

Lundi 31/08	Mardi 01/09	Jeudi 03/09	Vendredi 04/09
Carottes GRTA râpées	**Salade verte GRTA**	**Menu GRTA**	**Salade de concombres**
Ragoût de pois et blé blé, soja **Sauce moutarde** anhydride sulfureux et sulfites, blé, céleri, lait / lactose, moutarde	**Couscous de légumes et pois chiche aux épices** blé, céleri	**Salade batavia GRTA**	**Riz cantonais** céleri, blé, œuf
Cornettes blé	**Boulgour au bouillon** blé, céleri	**Quiche GRTA au fromage** blé, lait / lactose, œuf	**Brocolis**
Haricots verts			
Poire	**Compote de pomme**	**Yogourt GRTA à l'abricot** lait / lactose	**Nectarine**
Pain au maïs (Suisse) blé, orge	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**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 Végétarien Ecole
Semaine n°37 du lundi 07 au vendredi 11 septembre 2026

kidelis

Lundi 07/09	Mardi 08/09	Jeudi	Vendredi 11/09
Salade de maïs	**Salade batavia**		**Carottes GRTA râpées**
Fusilli blé **Sauce Napolitaine** blé, céleri	**Omelette** œuf **Sauce tomate** blé, céleri		**Steak grillé végétarien** blé, orge, soja **Sauce au paprika** blé, céleri
Fromage râpé lait / lactose	**Blé pilaf** blé, céleri	Jeûne Genevois	**Riz blanc**
Carottes GRTA persillées	**Haricots verts**		**Gratin de chou-fleur** blé, céleri, lait / lactose
Kiri lait / lactose	**Tarte aux pruneaux** (France) blé, lait, œuf		**Yogourt aux fraises** lait / lactose
Pain mi-blanc GRTA (Suisse) blé, orge	**Pain paysan GRTA** (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle		**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)*

Fourchette verte · Genève Région Terre Avenir · ECOCOOK

Menu Végétarien Ecole
Semaine n°38 du lundi 14 au vendredi 18 septembre 2026

kidelis

Lundi 14/09	Mardi 15/09	Jeudi 17/09	Vendredi 18/09
Houmous Libanais anhydride sulfureux et sulfites, sésame	**Salade verte GRTA**	**Semaine du goût : Les produits laitiers**	**Salade de tomates et mozzarella au basilic** lait / lactose
Nuggets végétariens froment, soja **Sauce maison** anhydride sulfureux et sulfites, moutarde, œuf	**Sauté de pois et blé** blé, soja **Jus à la sauge** blé, céleri	**Salade verte GRTA**	**Omelette** œuf
Cornettes blé	**Flageolets verts aux oignons** blé, céleri	**Pizza au fromage** blé, lait / lactose	**Riz basmati**
Courgettes sautées	**Carottes rondelles GRTA**		**Gratin d'épinards** blé, céleri, lait / lactose
Nectarine	**Yogourt aux framboises** lait / lactose	**Fromage blanc aux fruits rouges** lait / lactose	**Pomme**
Pain paysan GRTA (Suisse) blé, lait / lactose, orge, seigle	**Pavé meule de pierre bio GRTA** (Suisse) blé		**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)*

Fourchette verte · Genève Région Terre Avenir · ECOCOOK

Menu Végétarien Ecole
Semaine n°39 du lundi 21 au vendredi 25 septembre 2026

kidelis

Semaine du goût : Les produits laitiers

Lundi 21/09	Mardi 22/09	Jeudi 24/09	Vendredi 25/09
Salade de concombres **Sauce yogourt à l'aneth** anhydride sulfureux et sulfites, lait / lactose **Tortellini ricotta épinards** blé, lait / lactose, œuf **Sauce tomate à l'origan crémée** blé, céleri, lait / lactose **Fromage râpé** lait / lactose **Tarte au flan** (France) blé, lait, œuf	**Salade verte GRTA** **Omelette** œuf **Pommes grenailles au four** **Aubergines, tomates** **au grana padano** blé, céleri, lait / lactose, œuf **Yogourt aux fraises** lait / lactose	**Tarama de carottes** blé, céleri, lait / lactose **Falafel** **fromage blanc blanc au citron** anhydride sulfureux et sulfites, lait / lactose **Boulgour au bouillon** blé, céleri **Légumes rôtis aux épices** **Prune**	**Salade batavia** **Mac n' cheese** blé, céleri, lait / lactose, œuf **Haricots verts** **Yogourt au miel** lait / lactose
Pavé meule de pierre bio GRTA (Suisse) blé	**Pain au maïs** (Suisse) blé, orge	**Pain mi-blanc GRTA** (Suisse) blé, orge	**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)*

Fourchette verte · Genève Région Terre Avenir · ECOCOOK