

Pour toute demande d'information ou de modification, nos collaborateurs se tiennent à votre disposition pour répondre à vos questions concernant les ingrédients présents dans nos plats, susceptibles de causer des allergies ou des intolérances.

Nous vous invitons à contacter le service

« **des Repas & Transports de Nendaz** »

au **027 563 57 10**

ou le service

« **des Repas & Transports des Coteaux du Soleil** »

au **027 563 54 10**

Nous restons à votre entière disposition pour toute autre demande.

\*\*\*

Menu sous réserve de modification(s)

Le centre de formation du Botza est géré par le Service de l'action sociale en tant qu'espace de formation pour les personnes bénéficiaires de l'aide sociale. L'objectif est de les aider à acquérir des compétences professionnelles favorisant leur entrée sur le marché du travail.

# MENUS

---

MENUS  
DU 1er JUILLET AU 4 AOÛT 2024

---



« Il n'y a pas de bonne cuisine si au départ elle n'est pas faite par  
amitié pour celui ou celle à qui elle est destinée ».

Paul Bocuse

## SUGGESTIONS

### HIT DE LA SEMAINE

Rösti au fromage  
Salade mêlée

### HIT DU MOMENT

Paëlla au poulet (CH)

### PIECE DU BOUCHER

Onglet (CH)  
aux échalotes  
Garniture du jour

## LUNDI 1<sup>er</sup> JUILLET

Salade d'haricots verts

\*\*\*

Steak haché de boeuf (CH)

Pommes duchesse

Piperade

\*\*\*

Flan chocolat au lait

## JEUDI 4 JUILLET

Rouleau de printemps  
aux légumes  
Sauce aigre-douce

\*\*\*

Escalope de dinde<sup>(FR)</sup> à la  
pailarde et citron

Pâtes au beurre

Petits pois carottes

\*\*\*

Cake

## MARDI 2 JUILLET

Salade mêlée

\*\*\*

Quiche méditerranéenne

\*\*\*

Clafoutis aux fruits rouges

## MERCREDI 3 JUILLET

Soupe de courgettes grillées  
au curry

\*\*\*

Poisson bordelaise <sup>(FAO61)</sup>

Riz créole

Tomate au four

\*\*\*

Pêche au sirop  
et coulis de framboises

## SAMEDI 6 JUILLET

Salade de tomates

\*\*\*

Risotto milanais

\*\*\*

Salade de fruits rouges  
crumble vanille

## DIMANCHE 7 JUILLET

Melon et jambon

\*\*\*

Tranche de porc  
à la valaisanne <sup>(CH+Valais)</sup>

Pommes noisettes

Côtes de bettes

\*\*\*

Tarte aux abricots

**HIT DE LA SEMAINE**Curry de légumes  
Risotti (Pâtes)**HIT DU MOMENT**Salade de cervelas (CH)  
et fromage**PIECE DU BOUCHER**Onglet (CH)  
aux échalotes  
Garniture du jour**SUGGESTIONS**LUNDI 8 JUILLETSalade grecque  
\*\*\*Pâtes à la carbonara (CH)  
\*\*\*

Emmental

MARDI 9 JUILLETPotage garbure  
\*\*\*

Omelette aux fines herbes

Pommes persillées

Salade  
\*\*\*

Clafoutis aux myrtilles

MERCREDI 10 JUILLETVelouté de tomates et basilic  
\*\*\*

Emincé de porc au paprika (CH)

Quinori (mélange de céréales)

Haricots verts  
\*\*\*

Appenzeller

JEUDI 11 JUILLETCarottes râpées  
\*\*\*Roulade de saumon (FO)  
aux poireauxTagliatelles, sauce crème légère  
\*\*\*

Tiramisù aux fruits rouges

 VENDREDI 12 JUILLETFallafels (boulette de pois chiches)  
sauce tahini au yoghourt  
\*\*\*

Cuisse de poulet basquaise(CH)

Riz basmati parfumé au thym  
\*\*\*Poire pochée  
façon Belle-Hélène,  
sauce chocolatSAMEDI 13 JUILLETSalade de concombres  
\*\*\*

Bœuf à la grecque (CH)

Pommes au four,  
sauce au séréCourgettes rôties  
\*\*\*

Yoghourt à l'abricot

DIMANCHE 14 JUILLETSalade méditerranéenne  
\*\*\*

Osso bucco de porc (CH)

Polenta crémeuse

Carottes glacées  
\*\*\*

Tarte aux pruneaux

## SUGGESTIONS

3

### HIT DE LA SEMAINE

Chakchouka  
(Œufs, poivrons, tomates, oignons)

### HIT DU MOMENT

Assortiment de fromages  
Pommes en robe  
Salade du jour

### PIECE DU BOUCHER

Onglet (CH)  
aux échalotes  
Garniture du jour

## LUNDI 15 JUILLET

Salade mixte

\*\*\*

Tortellini à la ricotta  
et épinards

Sauce légère au parmesan

\*\*\*

Compote de fruits vanillée

## MARDI 16 JUILLET

Charcuterie

\*\*\*

Frittata (Omelette)  
aux légumes d'été

\*\*\*

Gâteau de carottes

## MERCREDI 17 JUILLET

Potage aux légumes

\*\*\*

Steak de poulet grillé (CH)  
thym et citron

Ebly

Légumes grillés à l'huile d'olive

\*\*\*

Yoghourt du jour

## JEUDI 18 JUILLET

Salade de légumes rôtis au four

\*\*\*

Emincé de porc (CH)  
à la moutarde

Spirales au beurre

Jardinière de légumes

\*\*\*

Gâteau au chocolat

## VENDREDI 19 JUILLET

Betterave rôtie

\*\*\*

Beignet de filet de perche (EU)  
sauce tartare

Riz pilaf

Tomate au four

\*\*\*

Salade de fruits exotiques

## SAMEDI 20 JUILLET

Minestrone d'été

\*\*\*

Cappelletti aux champignons  
sauce à la crème

Salade de saison

\*\*\*

Pudding de cottage cheese

## DIMANCHE 21 JUILLET

Salade verte

\*\*\*

Epaulé d'agneau braisé (CH)

Gratin de pommes de terre  
et épinards

\*\*\*

Tarte citron

**HIT DE LA SEMAINE**

Risotto à la ratatouille  
et parmesan

**HIT DU MOMENT**

Quiche au saumon (FO)  
Salade

**PIECE DU BOUCHER**

Onglet (CH)  
aux échalotes  
Garniture du jour

SUGGESTIONS 4

LUNDI 22 JUILLET

Salade composée  
et cœur de palmiers

\*\*\*

Boulettes de bœuf (CH)  
sauce piquante

Pommes de terre

Côtes de bettes glacées

\*\*\*

Ananas au sirop

MARDI 23 JUILLET

Velouté de chou-fleur

\*\*\*

Ramequin au fromage  
Salade

\*\*\*

Eclair au café

MERCREDI 24 JUILLET

Potage Dubarry

\*\*\*

Rôti haché de bœuf (CH)  
sauce marchand de vin

Pommes mousseline

Raves glacées

\*\*\*

Crumble aux fruits

JEUDI 25 JUILLET

Salade de carottes et oranges  
au pavot

\*\*\*

Gnocchi au pesto basilic

Tomates cerises confites

\*\*\*

Milkshake chocolat

VENDREDI 26 JUILLET

Tapenade douce et foccacia

\*\*\*

Pâtes bolognaise (CH)

Salade

\*\*\*

Flan vanille

SAMEDI 27 JUILLET

Salade de tomates

\*\*\*

Cabillaud (FAO27)  
sauce citron

Duo de quinoa

Fenouils braisés

\*\*\*

Compote de pêches au romarin

DIMANCHE 28 JUILLET

Crème d'épinards  
au fromage frais

\*\*\*

Rôti de porc (CH)  
aux herbes de Provence

Pommes Anna

Jardinière de légumes

\*\*\*

Tarte Tatin

# SUGGESTIONS

5

## HIT DE LA SEMAINE

Pissaladière

## HIT DU MOMENT

Steak haché lardé (CH)  
Pommes country

## PIECE DU BOUCHER

Saucisse à rôtir  
du Valais (CH)  
Garniture du jour

## LUNDI 29 JUILLET

Gâteau de légumes  
sauce au séré

\*\*\*

Curry de poulet (CH)

Duo de riz et fonio

Courgettes au thym

\*\*\*

Tilsit

## MARDI 30 JUILLET

Salade pain de sucre, fromage  
et noix

\*\*\*

Parmigiana di melanzane  
(Gratin d'aubergines à la tomate et mozzarella)

\*\*\*

Millefeuille vanille

## MERCREDI 31 JUILLET

Leche de tigre  
(crevettes cocktail, sauce coco citron)

\*\*\*

Poulet au balsamique doux (CH)

Lentilles aux épinards

\*\*\*

Fruit du jour

## JEUDI 1ER AOÛT

Assiette Valaisanne

\*\*\*

Jambon à l'os (CH)  
Gratin de pommes de terre

Salade

\*\*\*

Meringue crème double

## VENDREDI 2 AOÛT

Salade feuille de chêne  
et radis

\*\*\*

Pasta primavera  
au pesto rouge

\*\*\*

Yoghourt

## SAMEDI 3 AOÛT

Tomates et mozzarella

\*\*\*

Paupiettes de boeuf (CH)

Pommes rissolées

Chou-fleur vapeur

\*\*\*

Soupe de melon au lait de coco

## DIMANCHE 4 AOÛT

Salade de maïs grillés  
et paprika

\*\*\*

Emincé de boeuf (CH)  
à la provençale

Polenta alla romana

\*\*\*

Sérac