

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)

« **Tous nos pains et produits de boulangerie proviennent de Suisse, à l'exception de ceux qui sont explicitement étiquetés** »

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.

**cms**  
SIGN HÉRENS CONTHEY



« *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

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

## JEUDI 1<sup>ER</sup> 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

## 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

## DIMANCHE 4 AOÛT

Salade de maïs grillés  
et paprika

\*\*\*

Emincé de boeuf (CH)  
à la provençale

Polenta alla romana

\*\*\*

Sérac

## SAMEDI 3 AOÛT

Tomates et mozzarella

\*\*\*

Paupiettes de boeuf (CH)

Pommes rissolées

Chou-fleur vapeur

\*\*\*

Soupe de melon au lait de coco

## SUGGESTIONS

2

### HIT DE LA SEMAINE

Crumble d'aubergines  
et patates douces  
au fromage

### HIT DU MOMENT

Poêlée de crevettes <sup>(VN)</sup>  
Riz sauvage et brocolis

### PIECE DU BOUCHER

Saucisse à rôtir <sup>(CH)</sup>  
Olma St-Gall  
Garniture du jour

## LUNDI 5 AOÛT

Aubergines et courgettes  
grillées

\*\*\*

Filet de clairesse <sup>(NL)</sup>,  
sauce vierge  
Riz sauvage  
Poêlée de légumes

\*\*\*

Salade de melon et pastèque

## MARDI 6 AOÛT

Tomate farcie au thon

\*\*\*

Clafoutis aux légumes d'été

Salade

\*\*\*

Beignet au sucre

## MERCREDI 7 AOÛT

Soupe froide melon et basilic

\*\*\*

Gratin de poisson,  
sauce tomate citron

Pommes de terre

Bâtonnets de légumes

\*\*\*

Yohourt à la fraise

## JEUDI 8 AOÛT

Antipasti de légumes grillés

\*\*\*

Sauté de poulet <sup>(CH)</sup>  
à la provençale

Pâtes

Courgettes grillées

\*\*\*

Mango Lassi

(Milkshake au lait de coco et mangue)

## VENDREDI 9 AOÛT

Salade de carottes

\*\*\*

Emincé de bœuf <sup>(CH)</sup>,  
aux pousses de bambou  
et cachuètes

Riz créole

Julienne de légumes

\*\*\*

Sérac <sup>(Valais)</sup> aux abricots

## SAMEDI 10 AOÛT

Salade de céleri au curry

\*\*\*

Pâtes napolitaines  
Fromage râpé

\*\*\*

Raisin

## DIMANCHE 11 AOÛT

Œuf dur mayonnaise

\*\*\*

Brochette grillée  
d'agneau haché <sup>(CH)</sup>

Pommes lyonnaises

Aubergines au four

\*\*\*

Crème Straciatella



# SUGGESTIONS

## HIT DE LA SEMAINE

Tagliatelle aux légumes  
Ratatouille

## HIT DU MOMENT

Ribs de bœuf (CH)  
Sauce barbecue  
Maïs grillé et crudités

## PIECE DU BOUCHER

Saucisse à rôtir (CH)  
Olma St-Gall  
Garniture du jour

## LUNDI 12 AOÛT

Dim sum vapeur aux légumes

\*\*\*

Rôti de porc(CH)  
à la moutarde douce

Duo de lentilles

Carottes

\*\*\*

Brownies au Lion

## MARDI 13 AOÛT

Gaspacho à la pastèque  
et poivrons

\*\*\*

Risotto aux bolets et parmesan

\*\*\*

Tranche aux fruits

## MERCREDI 14 AOÛT

Ajo blanco

(Soupe froide à base d'amandes et ail)

\*\*\*

Grillade de porc (CH)

Pommes country

Coleslaw

\*\*\*

Prunes rouges

## JEUDI 15 AOÛT

Salade de tomates  
aux trois couleurs

\*\*\*

Lasagne de truite du Valais (CH)

\*\*\*

Cake au chocolat et coco

## VENDREDI 16 AOÛT

Salade verte

\*\*\*

Escalope de poulet panée (CH)

Riz

Brocolis

\*\*\*

Crème dessert au lait vanillé

## SAMEDI 17 AOÛT

Salade de crudités  
et haricots rouges

\*\*\*

Knöpfle au fromage

Oignons confits

\*\*\*

Strudel aux pommes

## DIMANCHE 18 AOÛT

Macédoine de légumes

\*\*\*

Mixed grill sauce cocktail (CH)

Salade de pommes de terre

\*\*\*

Tarte aux myrtilles

## SUGGESTIONS

### HIT DE LA SEMAINE

Pâtes au pesto

### HIT DU MOMENT

Coquelet rôti (CH)  
Salade de pâtes  
aux léaumes

### PIECE DU BOUCHER

Saucisse à rôtir (CH)  
Olma St-Gall  
Garniture du jour

## LUNDI 19 AOÛT

Soupe de légumes d'été

\*\*\*

Boulettes de bœuf (CH)  
« Albondigas »

Polenta

Petits pois et carottes

\*\*\*

Salade d'ananas  
et sauce fruits de la passion

## MARDI 20 AOÛT

Consommé (CH)

\*\*\*

Café complet (CH)  
Salade

\*\*\*

Muffin

## MERCREDI 21 AOÛT

Soupe de tomates,  
concombres et persil

\*\*\*

Duo de fallafel, sauce citron

Riz aux légumes

\*\*\*

Compote de fraises, rhubarbe

## JEUDI 22 AOÛT

Salade de courgettes  
et mozzarella

\*\*\*

Cervelas rôti (CH),  
sauce charcutière

Pâtes au beurre

Céleri branche confit

\*\*\*

Bagatelle au yoghourt  
(biscuit cuillère)

## VENDREDI 23 AOÛT

Œuf dur sauce Andalouse  
(Tomates, poivrons, persil, ail)

\*\*\*

Pavé de saumon à l'aneth (FO)

Riz

Purée de brocolis

\*\*\*

Tomme d'alpage (Valais)

## SAMEDI 24 AOÛT

Salade de betteraves  
au citron vert

\*\*\*

Kotlety de poulet (CH)  
beurre aux herbes

Pommes sautées

Chou Pack-Choï

\*\*\*

Madeleine

## DIMANCHE 25 AOÛT

Saumon fumé (NO) et foccacia

\*\*\*

Emincé de porc (CH)  
aigre-doux

Riz

Carottes aux oignons

\*\*\*

Meringue

# SUGGESTIONS

## HIT DE LA SEMAINE

Moussaka aux aubergines

## HIT DU MOMENT

Saucisse à rôtir,  
moutarde (CH)  
Lentilles et fenouil braisé

## PIECE DU BOUCHER

Civet de cerf (EU)  
Garniture du jour

## LUNDI 26 AOÛT

Beignets de légumes  
sauce au séré

\*\*\*

Bœuf à la provençale (CH)

Haricots blancs tomates

Confit d'aubergines

\*\*\*

Pastèque

## MARDI 27 AOÛT

Potage garbure

\*\*\*

Tortilla espagnole

Pommes de terre

Poivrons

\*\*\*

Mousse mangue

## MERCREDI 28 AOÛT

Vichyssoise

(Potage froid de poireaux et pommes de terre)

\*\*\*

Lasagne au boeuf (CH)

Salade verte

\*\*\*

Nectarine

## JEUDI 29 AOÛT

Salade de fromage râpé

\*\*\*

Cocotte de poisson, sauce coco

Boullgour

Tomates rôties et olives

\*\*\*

Tarte aux pommes

## VENDREDI 30 AOÛT

Salade verte et betteraves

\*\*\*

Polpette de porc (CH)

Spaghetti

Julienne de légumes

\*\*\*

Salade de pêches  
et fruits rouges

## SAMEDI 31 AOÛT

Soupe de panais

\*\*\*

Nuggets végétariens, sauce  
mousseline chantilly

Pommes dauphines

Haricots verts

\*\*\*

Yoghourt aux fruits rouges

## DIMANCHE 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE

Melon jambon (CH)

\*\*\*

Emincé de porc (CH)  
champignons à la crème légère

Rösti

Légumes

\*\*\*

Tiramisù