



Un repas local complètement local!

Semaine 38 du 14 septembre 2026 au 18 septembre 2026

- Lundi :** Salade russe
Filet de saumon à la citronnelle
Riz créole
Épinards aux échalotes
Fruit frais
- Mardi :** Salade de tomate
Rôti de porc aux pruneaux
Gratin dauphinois
Fleur de brocoli
Yogourt artisanal
- Mercredi :** Salade de maïs
Ragoût de tofu à la tomate
Couscous
Chou-rouge braisé
Fruit frais
- Jeudi :** Velouté de carotte
Poitrine de poulet au curry rouge
Riz au jasmin
Courgette poêlée
Yogourt artisanal
- Vendredi :** Salade verte
Émincé de porc aux herbes
Coquille
Rutabaga persillé
Fruit frais

Porc/bœuf/volaille : Suisse

Agneau : Nouvelle-Zélande

Lapin :

Poisson : Norvège

Rte de la Croix 48
1566 St-Aubin
TVA : CHE-271.543.485

stefaco@bluewin.ch
Tél : 026/677.06.50
www.stefaco.ch



Un repas local complètement local!

Ingrédients de la semaine 38

Lundi : saumon, oignon, ail, **vin blanc**, **lait**, citronnelle, riz, épinard, échalote, **céleri**, sel, poivre

Mardi : porc, pruneau, épices, oignon, ail, **vin blanc**, pomme de terre, **lait**, **crème**, brocoli, **céleri**, sel, poivre

Mercredi : **tofu**, tomate, oignon, ail, **vin rouge**, romarin, **blé**, chou-rouge, **vinaigre**, riz, sucre, pomme, **céleri**, sel, poivre

Jeudi : poulet, oignon, ail, **vin blanc**, lait de coco, curry rouge, riz au jasmin, courgette, **céleri**, sel, poivre

Vendredi : porc, oignon, ail, herbes aromatique, **vin blanc**, **coquillette**, rutabaga, **céleri**, sel, poivre

Salade : **vinaigre**, **vinaigre balsamique**, **moutarde**, **oignon**, ketchup, huile olive, huile de colza, **sel**, **poivre**