



EMS CHRIST-ROI

Crans-Montana • Icogne • Lens

MENU DE LA SEMAINE

13 AU 19.04.2026



Cuisinons
notre région



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MENU 1	Emincé de bœuf Mexicaine Riz pilaf Duo de carottes Brownies maison	Cordons-bleu de poulet Sauce tomate Linguine Courgettes sautées Sorbet banane	Travers de porc confits Sauce au miel de Saxon Pommes rissolées Petit pois à la française Compote de pommes et petit beurre	Risotto aux asperges jambon cru du Valais Copeaux de rebibes Mousse aux fraises	Filet de saumon des Grisons Sauce fendant Pommes natures Poivrons grillés Ananas à la menthe	Spaghetti aiglio olio et peperoncino Salade du jour Copeaux de sbrinz Séré vanille et kiwi	Picanha de bœuf Sauce café de Paris Pommes Williams Méli-melo de légumes Coupe romanoff
MENU 2	Carré de porc rôti Sauce normande Riz pilaf Duo de carottes Brownies maison	Navarin d'agneau aux petits légumes Linguine Courgettes sautées Sorbet banane	Quiche aux courgettes Sérac et oignons Buffet de salades Compote de pommes et petit beurre	Bœuf braisé à l'ancienne Pommes purée Légumes rôtis Mousse aux fraises	Combo de poulet au curry Pommes natures Poivrons grillés Ananas à la menthe		
GOÛTER	Salade d'oranges	Cake au jambon	Fromage et seigle	Muffin myrtilles	Smoothie frais		
MENU DU SOIR	Penne carbonara Salade verte	Œufs brouillés aux fines herbes Pommes vapeur Brunoise de légumes	Gnocchi alla Sorrentina Salade mêlée	Soupe du Chalet Bâton de fromage Tarte aux pommes	Asperges du valais Jambon cru Sauce Mousseline Pain aux graines	Crêpe au cantadou Dinde et courgette	Crème de volaille Pain aux graines Assiette Valaisanne

Toutes nos viandes et pains sont d'origines suisse sauf contre indications

Suggestion : Asperges du Valais et jambon cru, sauce mousseline