

| No / Page | No / Page | No / Page | No / Page | |
|--|---|---|---|--|
| CÉRÉALES / RIZ | | DIVERS SUCRÉS | | |
| Boulettes de riz sucrées au sésame (Goma Dango) 1/16 | Crêpes aux groseilles à maquereau 7/21 | LÉGER | | |
| Milletto aux herbes 7/8 | Crostini aux airelles 8/16 | Blancs de poulet aux oignons fanes 3/15 | Courge au four à la viande hachée 9/5 | |
| Pilaf de bettes 9/11 | Fudges au caramel 10/24 | Blancs de poulet en manteau de lard 1/11 | Croûtes aux courgettes 8/4 | |
| Poêlée de coucous 5/7 | Nectarines au lard 6/13 | Brochettes de bœuf 5/4 | Darnes de saumon grillées aux légumes 6/16 | |
| Poêlée de riz 6/10 | Noix grillées 7/19 | Escalopes de veau aux myrtilles 7/7 | Escalopes aux graines sur épinards 8/6 | |
| Polenta au maïs à l'huile de roquette 8/7 | Nougat 7/21 | Escalopes, sauce carotte 3/8 | Fenouils et pommes sur plaque 8/9 | |
| Risotto à la moutarde et saint-jacques 10/28 | Star du p'tit-déj 5/19 | Féra au citron 5/6 | Feuilleté au ragoût d'asperges 4/7 | |
| Risotto aux noisettes 8/15 | Yogourt glacé à la rhubarbe 5/21 | Féra au pesto de coriandre 6/17 | Filet de bœuf poché à la moutarde et bouquet de légumes 5/22 | |
| Risotto aux radis roses 5/5 | Yogourt maison 5/20 | Gratin Parmentier 9/8 | Fougasse aux anchois et aux câpres 7/14 | |
| Riz japonais (Gohan) 1/13 | DRINKS | | Frittata de courge Parmentier 1/6 | |
| Salade de quinoa et saucisses rôties 8/11 | Cocktail rouge 1/26 | Légumes et poulet au wok 4/11 | Gaspacho estival 7/4 | |
| Salade de vermicelles et tomates 7/9 | Colada pêche 7/13 | Milletto aux herbes 7/8 | Gnocchis et petits pois, sauce au fromage 2/9 | |
| Tempête de sable 9/23 | Lassi à la papaye 5/16 | Mousse de yogourt à la mangue 5/19 | Gratin Parmentier au céleri 2/7 | |
| DESSERTS | | Nid de nouilles au chou frisé et à l'œuf 2/5 | Légumes et poulet au wok 4/11 | |
| Amandine et salade de bananes 9/19 | Liqueur café 10/24 | Omelette aux pois mange-tout et fromage frais 6/4 | Nid de nouilles au chou frisé et à l'œuf 2/5 | |
| Banane brûlée 9/21 | Liqueur choco 10/24 | Paillassons et salade de concombre 7/6 | Omelette aux pois mange-tout et fromage frais 6/4 | |
| Bâtonnets à la pastèque 6/21 | ENFANTS | | Papillons à la ratatouille 9/9 | |
| Crème au cidre doux et streusel pop-corn 8/21 | Anneaux aux Smarties 9/27 | Pasta primavera 4/5 | Papillons à la ratatouille 9/9 | |
| Crumble rhubarbe-amaretti 4/19 | Biscuits pour chiens 5/26 | Pâtes au chou-fleur 8/5 | Pâtes au brocoli 1/7 | |
| Flamri à la rhubarbe 4/21 | Cerises déguisées 6/27 | Pilaf de bettes 9/11 | Pâtes au chou-fleur 8/5 | |
| Florentins à la glace fraise 6/20 | Fajitas aux saucisses de Vienne 3/26 | Poêlée de nouilles de riz 5/13 | Pilaf de bettes 9/11 | |
| Glace banane 9/19 | Fraises surprises 7/26 | Poêlée de pommes de terre au bœuf 4/9 | Potée de lentilles au poireau 1/10 | |
| Marbrés cerise-crème fraîche 6/21 | Pizza-Party 8/26 | Poêlée de riz 6/10 | Poulet et tomates cerises sur plaque 7/5 | |
| Méli-mélo de baies et streusel coco 8/19 | Souris en riz au lait 1/23 | Pouding au yogourt et coulis de fraises 5/21 | Risotto aux radis roses 5/5 | |
| Mousse de rhubarbe aux fraises 4/21 | Sucettes de Pâques 4/26 | Poulet et tomates cerises sur plaque 7/5 | Rosette de saumon sur pois mange-tout, sauce safranée 3/14 | |
| Pouding Belle-Hélène 3/16 | Yeux de grenouille 2/23 | Risotto aux radis roses 5/5 | Roulés de courgettes 7/13 | |
| Purée de pommes épiciée 4/23 | FROMAGES | | Salade de haricots au lard 7/11 | |
| Sandwichs vanille-framboise 6/19 | Aubergines farcies à l'halloumi 6/15 | Salade de melon aux pois chiches 6/5 | Salade de haricots séchés 10/17 | |
| Soufflé à la pomme et streusel noisette 8/21 | Cannellonis à la courge 9/6 | Salade de pain et boulettes de viande 5/8 | Salade de haricots verts, sauce au sésame (Ingenmame no Goma-ae) 1/15 | |
| Soufflé au citron vert et salade de kiwis 3/16 | Crespelle d'hiver 2/14 | Salade de pissenlit au lard et fromage frais 3/4 | Salade de melon aux pois chiches 6/5 | |
| Tartelettes aux nectarines et streusel pistache 8/19 | Croissants au camembert 2/19 | Salade de poisson aux lentilles 6/8 | Salade de poisson aux lentilles 6/8 | |
| Tiramisu aux mandarines 10/31 | Dattes au gorgonzola 10/11 | Salade de vermicelles et tomates 7/9 | Salade mâche-betteraves et œuf poché 10/26 | |
| Vacherin glacé à la mangue 10/19 | Gnocchis à la ricotta et chicorée rouge 3/11 | Salade poulet-champignons 9/7 | Salade russe estivale 6/6 | |
| Vampires 6/19 | Gnocchis et petits pois, sauce au fromage 2/9 | Sandre sur ragoût de concombre 8/10 | Sandre sur ragoût de concombre 8/10 | |
| DIVERS SALÉS | | Schupfnudeln au chou rouge et œuf sur le plat 3/7 | Soupe au bœuf et aux poivrons 8/8 | |
| Corbillons d'avocat 10/11 | Gratin Parmentier 9/8 | Soufflé au citron vert et salade de kiwis 3/16 | Soupe de Noël 10/21 | |
| Dattes au gorgonzola 10/11 | Gratin Parmentier au céleri 2/7 | Soupe au bœuf et aux poivrons 8/8 | Soupe de scorsonères au pourpier 2/4 | |
| Mousse carotte-gingembre 10/13 | Maccheroni pasticciati 6/23 | Soupe de scorsonères au pourpier 2/4 | Soupe millet-carottes 1/4 | |
| Nectarines au lard 6/13 | Omelette aux pois mange-tout et fromage frais 6/4 | Tofu pané sur salade d'endives 2/11 | Soupe truites 4/10 | |
| Piadin al prosciutto 5/14 | Quiche fromage-poireau 9/14 | Truite aux herbes en papillote 3/13 | Truites sur lit d'asperges 4/10 | |
| Quesadillas 5/15 | Raviolis de ricotta à l'orange 10/30 | Truites sur lit d'asperges 4/10 | Velouté de carottes à la menthe 4/4 | |
| Sel pour la pasta 10/25 | LA SUISSE CUISINE | | PAIN & GIE | |
| Sel pour la salade 10/25 | Atriaux sur éventails de panais 2/10 | Aubergines farcies à l'halloumi 6/15 | Emincé de cervelas au pain et aux pommes 2/8 | |
| Sel pour la viande 10/25 | Aumônières de choucroute 1/8 | Betteraves et pommes de terre sur plaque 1/9 | Fougasse aux anchois et aux câpres 7/14 | |
| Variations sur les étoiles 10/11 | Cannellonis à la courge 9/6 | Chou blanc et saucisson 1/5 | Galettes au sésame 3/21 | |
| | Choux-raves farcis 3/15 | Cornettes au four à la jardinière 4/8 | Pain à l'ail 7/19 | |
| | | | Pain au persil en bocal 3/21 | |
| | | | Pain aux carottes et curry 3/19 | |
| | | | Pain toupie au chorizo et romarin 3/19 | |
| | | | Tranches tessinoises aux abricots 6/11 | |

| No / Page | No / Page | No / Page | No / Page |
|--|-----------|--|-----------|
| PÂTES | | | |
| Cannellonis poêlés au saumon | 4/14 | Tarte aux poires à la genevoise | 1/19 |
| Cornettes au four à la jardinière | 4/8 | Tartelettes à la rhubarbe meringuées | 4/19 |
| Cornettes et viande hachée | 4/22 | Verrines de quatre-quarts aux abricots | 10/5 |
| Knöpfli | 7/23 | POISSONS / FRUITS DE MER | |
| Maccheroni pasticciati | 6/23 | Cabillaud en manteau de coco | 3/9 |
| Nid de nouilles au chou frisé et à l'œuf | 2/5 | Cannellonis poêlés au saumon | 4/14 |
| Papillons à la ratatouille | 9/9 | Croustades au saumon | 10/29 |
| Pasta primavera | 4/5 | Darnes de saumon grillées aux légumes | 6/16 |
| Pâtes au brocoli | 1/7 | Féra au citron | 5/6 |
| Pâtes au chou-fleur | 8/5 | Féra au pesto de coriandre | 6/17 |
| Poêlée de nouilles de riz | 5/13 | Filets de rougets barbets marinés | 7/15 |
| Raviolis de ricotta à l'orange | 10/30 | Fish 'n' Chips | 5/13 |
| Rôti argovien et knöpfli dorés | 10/18 | Fougasse aux anchois et aux câpres | 7/14 |
| Salade tiède de nouilles aux scampis | 10/13 | Mousse de féra en verrine | 1/26 |
| Soupe de nouilles udon (Torinban Udon) | 1/15 | Ombre chevalier à l'absinthe | 9/15 |
| Spaghettis à la barba di frate | 3/10 | Poulpe sauce au miso (Ika to Nashi no Misozu-ae) | 1/13 |
| Spaghettis à la grecque | 6/7 | Risotto à la moutarde et saint-jacques | 10/28 |
| Tagliatelle al diavolo | 5/10 | Rosette de saumon sur pois mange-tout, sauce safranée | 3/14 |
| PÂTISSERIES SALÉES | | | |
| Aumônières de choucroute | 1/8 | Salade de poisson aux lentilles | 6/8 |
| Brioche au lard et cumin | 3/20 | Salade tiède de nouilles aux scampis | 10/13 |
| Chaussons à la feta | 5/16 | Sandre sur ragoût de concombre | 8/10 |
| Cornetto «Bella Italia» | 2/19 | Truite aux herbes en papillote | 3/13 |
| Croissants au camembert | 2/19 | Truites sur lit d'asperges | 4/10 |
| Croissants au fromage d'Italie | 2/20 | POMMES DE TERRE | |
| Pizza à la fondue | 2/6 | Betteraves et pommes de terre sur plaque | 1/9 |
| Quiche fromage-poireau | 9/14 | Blanquette de veau | 9/13 |
| Tarte au maïs | 7/10 | Fish 'n' Chips | 5/13 |
| Tarte bernoise aux oignons | 1/19 | Frittata de courge Parmentier | 1/6 |
| Tarte Family | 6/9 | Frittata méditerranéenne au jambon | 4/15 |
| Tartelettes au vin | 9/16 | Fromage d'Italie et croûte de rôsti | 3/5 |
| Toéchté jurassienne | 1/21 | Gratin Parmentier | 9/8 |
| Tourte de Coire à la viande | 1/20 | Gratin Parmentier au céleri | 2/7 |
| PÂTISSERIES SUCRÉES | | | |
| Amandine et salade de bananes | 9/19 | Ombre chevalier à l'absinthe | 9/15 |
| Banoffie Pie | 9/20 | Paillasons et salade de concombre | 7/6 |
| Cantucci au pain d'épice | 10/5 | Poêlée de pommes de terre au bœuf | 4/9 |
| Charlotte royale | 2/16 | Pommes de terre aux herbes | 6/15 |
| Croissants argoviens aux carottes | 2/21 | Pommes de terre et saucisson | 9/15 |
| Croissants grisonnais aux noix | 2/21 | Potage Parmentier de luxe | 10/17 |
| Cupcakes à la banane | 9/21 | Röstis à la viande hachée | 4/15 |
| Gâteau à la cannelle du Toggenbourg | 1/21 | Röstis au lac | 4/13 |
| Gâteau aux pommes à la poêle | 4/16 | Salade Parmentier méditerranéenne | 5/11 |
| Gâteau aux pruneaux et streusel amande | 8/20 | SALADES / SALADES-REPAS | |
| Gâteau rhubarbe-chocolat | 4/20 | Paillasons et salade de concombre | 7/6 |
| Kouglof à la purée de pommes | 8/23 | Salade d'automne | 9/13 |
| «Magenbrot» | 7/20 | Salade de haricots au lard | 7/11 |
| Minikouglofs bâlois | 10/8 | Salade de haricots séchés | 10/17 |
| Minikouglofs cannelle | 10/8 | Salade de haricots verts, sauce au sésame (Ingenmame no Goma-ae) | 1/15 |
| Minikouglofs miroirs | 10/8 | Salade de melon aux pois chiches | 6/5 |
| Moelleux moka-Cailler | 10/22 | Salade de pain et boulettes de viande | 5/8 |
| Parade de bonshommes de neige | 10/7 | Salade de pissenlit au lard et fromage frais | 3/4 |
| Stollen au vin chaud et aux canneberges | 10/6 | Salade de poisson aux lentilles | 6/8 |
| Strudel de pomme en verrine | 10/15 | Salade de quinoa et saucisses rôties | 8/11 |
| Strudel yogourt-carotte | 5/20 | Salade de vermicelles et tomates | 7/9 |
| Tarte aux baies | 7/16 | Salade mâche-betteraves et œuf poché | 10/26 |
| | | Salade Parmentier méditerranéenne | 5/11 |
| | | Salade poulet-champignons | 9/7 |
| | | Salade russe estivale | 6/6 |
| | | Salade tiède de nouilles aux scampis | 10/13 |
| | | Tofu pané sur salade d'endives | 2/11 |
| | | SAVEURS TENDANCE | |
| | | Betterave et badiane | 3/17 |
| | | Courge et cannelle | 9/17 |
| | | Fraise et wasabi | 5/17 |
| | | Fromage de brebis et vanille | 8/17 |
| | | Marrons et café | 2/17 |
| | | Oranges sanguines et olives vertes | 1/17 |
| | | Oseille & chair à saucisse | 4/17 |
| | | Quetsche et fève tonka | 7/17 |
| | | SOUPES / POTAGES | |
| | | Gaspacho estival | 7/4 |
| | | Potage Parmentier de luxe | 10/17 |
| | | Soupe au bœuf et aux poivrons | 8/8 |
| | | Soupe de goulache | 2/15 |
| | | Soupe de melon | 7/15 |
| | | Soupe de Noël | 10/21 |
| | | Soupe de nouilles udon (Torinban Udon) | 1/15 |
| | | Soupe de scorsonères au pourpier | 2/4 |
| | | Soupe millet-carottes | 1/4 |
| | | Velouté de cynorhodons aux champignons | 8/13 |
| | | TRUCS ET ASTUCES | |
| | | Acides gras trans dans les pâtes à gâteaux | 1/25 |
| | | Astuce santé | 4/24 |
| | | Astuces grillades | 6/24 |
| | | Bananes équitables | 9/2 |
| | | Biscuits prêts d'avance | 10/32 |
| | | Bonne pioche | 8/24 |
| | | Cage en caramel | 5/24 |
| | | Cocktail d'été au melon | 6/24 |
| | | Cocos-Calamansi Syrup | 6/25 |
| | | Confiture rhubarbe-fraise | 4/24 |
| | | Congeler le mascarpone | 1/25 |
| | | Conseil santé | 7/24 |
| | | Conseil santé | 9/25 |
| | | Conseils cool pour canicule | 7/25 |
| | | Conservier les fraises | 5/25 |
| | | Croûte craquante | 7/24 |
| | | Déco: A la fourchette | 8/25 |
| | | Déco: Beauté intérieure | 7/16 |
| | | Déco: Boules marque-places | 10/32 |
| | | Déco: Bouquet de rhubarbe | 4/25 |
| | | Déco: Calendrier de l'aveit | 10/33 |
| | | Déco: Déco antimoustiques | 6/13 |
| | | Déco: Dessous-de-plat en bouchons | 2/25 |
| | | Déco: Fleurs éprouvettes | 3/24 |
| | | Déco: Inlassable floraison | 5/24 |
| | | Déco: L'automne en bocal | 8/14 |
| | | Déco: Mer en vue | 6/24 |
| | | Déco: Œufs cressonnés | 4/24 |
| | | Déco: Photophore de glace | 10/32 |
| | | Déco: Photophores japonais (maison) | 1/16 |
| | | Dégérer l'ail | 5/24 |
| | | Du vert pour vos yeux | 2/24 |
| | | Eco: A vous veaux, vaches, cochons, couvées! | 2/25 |
| | | Eco: App guide WWF | 1/25 |
| | | Eco: Attendrisseur FSC | 6/25 |
| | | Eco: D'où vient ce que je mange? | 5/25 |
| | | Eco: Debout les fleurs! | 7/24 |
| | | Eco: Déchets verts | 6/25 |
| | | Eco: Fiables fournisseurs de froid | 7/25 |
| | | Eco: Lumière économe | 8/25 |
| | | Eco: Pour des vitres claires | 3/25 |
| | | Eco: Teintures naturelles | 4/25 |
| | | Fondue trop épaisse? | 1/24 |
| | | Graines grillées | 1/25 |
| | | Gravlax sous vide | 1/24 |
| | | Green Gold Chips | 7/25 |
| | | Halte aux taches de bougie | 3/25 |
| | | Hickory Smoked Nuts | 2/24 |
| | | Huile antitaches | 9/25 |
| | | Idée nickel | 6/25 |
| | | Idées pour le brunch et le p'tit-déj | 4/25 |
| | | Jamais au bout du rouleau | 8/25 |
| | | Knöpfli et spätzli sans œufs! | 1/24 |
| | | L'amer – brûleur de graisses naturel | 5/24 |
| | | La rhubarbe: âpre délice | 4/2 |
| | | Labo des saveurs: Chips de bananes | 9/24 |
| | | Lardo di Colonnata | 1/25 |
| | | Le secret de la cuisine méditerranéenne | 6/24 |
| | | Mariner, griller, servir! | 6/2 |
| | | Marshmallows salés | 3/24 |
| | | Oh! les belles sucettes! | 2/24 |
| | | Peler les cervelas | 6/25 |
| | | Peler les oignons | 1/24 |
| | | Petits gâteaux au chocolat | 4/24 |
| | | Piment d'Espelette | 5/24 |
| | | Ras-le-beurre! | 2/24 |
| | | Recette éclair en octobre | 9/25 |
| | | Rêve de mojito | 6/24 |
| | | Salade en corbillon | 7/24 |
| | | Salsa Chimichurri | 3/24 |
| | | Séré et yogourt | 5/25 |
| | | Soupe de navets | 9/24 |
| | | Stockage des fruits exotiques | 2/24 |
| | | Substituts des fruits à coque | 10/32 |
| | | Trop de bananes mûres? | 9/24 |
| | | Un geste et c'est réparé | 8/24 |
| | | Un p'tit coin de parapluie | 8/24 |
| | | Un soupçon d'huile | 2/25 |
| | | Une affaire tranchante | 4/25 |
| | | Une place pour les zappettes | 8/25 |
| | | Vent de fraîcheur dans l'aspirateur | 3/25 |
| | | Voyons voir... | 8/25 |
| | | zoom santé | 1/22 |
| | | zoom santé | 2/22 |
| | | VÉGÉTARIEN | |
| | | Aubergines farcies à l'halloumi | 6/15 |
| | | Balluchons végété et mousse au persil | 10/21 |
| | | Betteraves et pommes de terre sur plaque | 1/9 |
| | | Cannellonis à la courge | 9/6 |
| | | Champignons, sauce au sureau | 8/15 |

| No / Page | No / Page |
|--|-----------|
| Chaussons à la feta | 5/16 |
| Choux-raves farcis | 3/15 |
| Cornettes au four à la jardinière | 4/8 |
| Cornetto «Bella Italia» | 2/19 |
| Crespelle d'hiver | 2/14 |
| Crôûtes aux courgettes | 8/4 |
| Feuilleté au ragoût d'asperges | 4/7 |
| Galette de falafel | 4/13 |
| Gnocchis à la ricotta et chicorée rouge | 3/11 |
| Gratin Parmentier | 9/8 |
| Gratin Parmentier au céleri | 2/7 |
| Milletto aux herbes | 7/8 |
| Nid de nouilles au chou frisé et à l'œuf | 2/5 |
| Omelette aux pois mange-tout et fromage frais | 6/4 |
| Paillassons et salade de concombre | 7/6 |
| Papillons à la ratatouille | 9/9 |
| Pasta primavera | 4/5 |
| Pâtes au brocoli | 1/7 |
| Pâtes au chou-fleur | 8/5 |
| Pilaf de bettes | 9/11 |
| Poêlée de coucous | 5/7 |
| Poêlée de nouilles de riz | 5/13 |
| Polenta au maïs à l'huile de roquette | 8/7 |
| Pommes de terre aux herbes | 6/15 |
| Quesadillas | 5/15 |
| Quiche fromage-poireau | 9/14 |
| Risotto aux noisettes | 8/15 |
| Risotto aux radis roses | 5/5 |
| Risotto safrané au champagne | 3/23 |
| Salade de haricots verts, sauce au sésame (Ingenmame no Goma-ae) | 1/15 |
| Salade de melon aux pois chiches | 6/5 |
| Salade de vermicelles et tomates | 7/9 |
| Salade russe estivale | 6/6 |
| Schupfnudeln au chou rouge et œuf sur le plat | 3/7 |
| Soupe de scorsonères au pourpier | 2/4 |
| Spaghettis à la barba di frate | 3/10 |
| Spaghettis à la grecque | 6/7 |
| Stroganov végétarien | 4/6 |
| Tarte au maïs | 7/10 |
| Tarte bernoise aux oignons | 1/19 |
| Toêché jurassienne | 1/21 |
| Tofu pané sur salade d'endives | 2/11 |
| Velouté de carottes à la menthe | 4/4 |
| Velouté de cynorhodons aux champignons | 8/13 |

VIANDE

| | |
|---|-------|
| Arrosto al diavolo | 6/22 |
| Atriaux sur éventails de panais | 2/10 |
| Betty's hot dog | 9/10 |
| Blanquette de veau | 9/13 |
| Brochettes de bœuf | 5/4 |
| Chateaubriand et beurre curry-orange | 10/14 |
| Chili con carne | 2/15 |
| Chou blanc et saucisson | 1/5 |
| Cornettes et viande hachée | 4/22 |
| Côte couverte marinée à la bière et au poivre | 6/14 |
| Côtes de veau grillées | 6/13 |

| No / Page | No / Page |
|---|-----------|
| Courge au four à la viande hachée | 9/5 |
| Croissants au fromage d'Italie | 2/20 |
| Emincé de cervelas au pain et aux pommes | 2/8 |
| Emincé de chevreuil aux marrons | 9/4 |
| Escalopes aux graines sur épinards | 8/6 |
| Escalopes de chevreuil flambées et beurre aux fleurs | 8/14 |
| Escalopes de veau aux myrtilles | 7/7 |
| Escalopes, sauce carotte | 3/8 |
| Filet de bœuf poché à la moutarde et bouquet de légumes | 5/22 |
| Fromage d'Italie et croûte de rôsti | 3/5 |
| Goulache de scout | 9/23 |
| Lapin au miel en cocotte | 8/16 |
| Mignons de porc gratinés aux herbes | 7/14 |
| Pain de viande | 7/22 |
| Poêlée de pommes de terre au bœuf | 4/9 |
| Poitrine de veau farcie | 2/13 |
| Pommes de terre et saucisson | 9/15 |
| Röstis à la viande hachée | 4/15 |
| Rôti argovien et knöpfli dorés | 10/18 |
| Salade de pain et boulettes de viande | 5/8 |
| Salade de quinoa et saucisses rôties | 8/11 |
| Soupe au bœuf et aux poivrons | 8/8 |
| Soupe de goulache | 2/15 |
| Tartare de bœuf et toast | 10/27 |
| Terrine de gibier et vinaigrette de mûres | 8/13 |
| Tourte de Coire à la viande | 1/20 |
| Viande hachée au tofu (Tofu no Hikiniku-ankake) | 1/14 |

VOLAILLES

| | |
|--|------|
| Blancs de poulet aux oignons fanes | 3/15 |
| Blancs de poulet en manteau de lard | 1/11 |
| Légumes et poulet au wok | 4/11 |
| Poulet au pesto | 5/9 |
| Poulet et tomates cerises sur plaque | 7/5 |
| Poulet sur le gril | 3/22 |
| Salade poulet-champignons | 9/7 |
| Saté de poulet, sauce aux cacahuètes | 5/15 |
| Soupe de nouilles udon (Torinanban Udon) | 1/15 |