

# Helsana Lausanne | Le Provençal

## Menu du midi

27.10 jusqu'à 02.11.2025

Pour le numérique  
menu avec plus d'in-  
formations, Scannez le  
QR-Code!



|             | Lundi                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mardi                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mercredi                                                                                                                                                                                                      | Jeudi                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Vendredi                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Traditional | <p>Mahi mahi à la sauce tomate asi-<br/>atique, Orge par-<br/>fumé au citron vert,<br/>Légumes du jour</p> <p> </p>         | <p>Ayam Bakar : Cuisse<br/>de poulet Curcuma<br/>Coco, Riz Tomates<br/>Sambal, Concom-<br/>bres Salade</p> <p></p>                                                                   | <p>Filet de truite rôtie,<br/>sauce vierge aux<br/>agrumes &amp; soja,<br/>Nouilles sautées,<br/>Légumes du jour</p> <p></p> | <p>Bœuf braisé façon<br/>teriyaki, purée de<br/>céleri-rave, carottes<br/>glacées au miel &amp;<br/>sésame</p> <p> </p>       | <p>Lasagnes de boeuf,<br/>Légumes du jour</p> <p></p>                                                                                                                       |
| Urban       | <p>Gnocchi poêlés,<br/>aux champignons<br/>forestiers, crème de<br/>coco &amp; sauge, Cac-<br/>ahuète torréfié</p> <p> </p> | <p>Tofu Kung Pao,<br/>Poivrons, gingembre<br/>Brocoli, sésame, Riz<br/>jasmin et Oignons<br/>botte</p> <p></p>                                                                       | <p>Risotto de<br/>champignons et sa<br/>sauce à la courge<br/>butternut, Légumes<br/>du jour</p> <p></p>                     | <p>Brewbee Chili Sin<br/>Carne, Servi avec<br/>riz basmati et<br/>cacahuète torréfié,<br/>Légumes du jour</p> <p> </p>        | <p>Lasagnes végétari-<br/>ennes aux légumes<br/>grillés, Nappage<br/>coulis de tomate<br/>réduit au thym,...</p> <p></p>                                                    |
| Special     | <p>Pizza Margherita, Piz-<br/>za selon votre com-<br/>position, Salade du<br/>jour</p> <p></p>                                                                                                             | <p>Wok de crevettes<br/>marinées Asia,<br/>Nouilles de blé<br/>sautées, et légumes</p> <p> </p> | <p>Grillade d'entrecôte<br/>de boeuf et sa<br/>sauce au beurre,<br/>Pommes de terre<br/>frites, Légumes du...</p> <p></p>  | <p>Buffet de pâtes<br/>à discrétion, Choix<br/>des sauces (sauce<br/>crémeuse, sauce<br/>tomate, sauce du...</p> <p> </p> | <p>Tartare de bœuf,<br/>Pommes de terre<br/>frites, Légumes du<br/>jour</p> <p> </p> |

Toute modification des différents composants du menu est  
communiquée par écrit directement à la sortie du menu. En cas  
de doute sur les allergènes ou si vous avez besoin d'informations  
complémentaires, vous pouvez contacter nos spécialistes à tout  
moment.

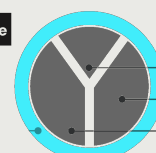
Prix en CHF TTC



Découvrir  
l'effet climatique  
de repas...

#### Impact climatique

-  élevée
-  moyenne
-  faible



#### Équilibre

- Protéines
- Glucides
- Légumes & Fruits

... et  
reconnaître  
une alimentation  
équilibrée.