

LUNDI

Menu Alternatif & BIO

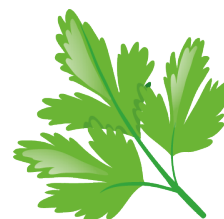
Betteraves BIO

Raviolis BIO à l'ail des ours de Saint Jean ⁽²⁶⁾

sauce crème

Saint Marcellin BIO de chez Vercors lait ⁽³⁸⁾

Pomme BIO de chez la Coccinelle ⁽³⁸⁾



MARDI

Menu en herbes

Salade de **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾ & ciboulette

Rôti de porc de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la diable

Haricots verts cuisinés à l'ail & au persil

Petit suisse nature

Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Pain aux herbes de Provence de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

MERCREDI

Coleslaw

Escalope viennoise viande française

Ecrasé de **pommes de terre** de Gillonnay ⁽³⁸⁾

Yaourt nature de Theys ⁽³⁸⁾

Cookie aux pépites de chocolat

Alternatif : Pané de blé, tomate & mozzarella

**Herbes
de Provence**
romarin, origan,
Sarriette, Thym.

JEUDI

Salade verte

Emincé de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ aux champignons

Coquillettes

Yaourt

Purée de **poires HVE** de le ferme des cerises ⁽³⁸⁾

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



VENDREDI

Salade d'endives de la Ferme de la Montagne ⁽³⁸⁾

Filet de **colin label MSC** meunière

Chou-fleur de la Drôme en béchamel

Buche crémeuse du Mézenc ⁽⁴³⁾

Cake à la banane de l'Etape gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes

LUNDI

Taboulé du Chef !

semoule, tomate, poivron, oignon, jus de citron, ail, persil

Sauté de poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾ au jus

Epinards en béchamel

Fromage blanc

Compote de pommes BIO

Alternatif : Oeufs durs



MARDI

Menu Alternatif oriental

Samoussas de légumes

Couscous de légumes à la coriandre & pois chiches

Semoule

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

Orange

MERCREDI

Découvrons l'Aneth

Céleri en rémoulade

Colin label MSC sauce à l'aneth

Riz BIO

Petit suisse nature

Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Alternatif : Rougail aux haricots

La **Musaka**
vient des **Balkans**.
A l'origine à base de
viande de **mouton**
& de **pommes**
de **terre**.

JEUDI

Salade verte

Calamars à la Romaine

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ en persillade

Camembert

Cake à la myrtille de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Beignets au fromage

VENDREDI

Recette de Serbie

Chou kouki

Musaka égréné de boeuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

& **pommes de terre BIO** de Thodure ⁽³⁸⁾

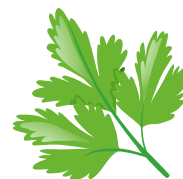
Yaourt

Crème dessert

Alternatif : Musaka végétale

LUNDI

Pizza BIO de Rives ⁽³⁸⁾ au fromage
Sauté de volaille de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾ aux noix.
Chou-fleur ⁽²⁶⁾ & brocolis en persillade
Yaourt
Orange
Alternatif : Omelette



MARDI

Macédoine
Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, sel, moutarde, persil.
Boulettes de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ au jus
Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ vapeur en persillade
& sauce au fromage blanc et au paprika fumé
Pomme HVE de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾
Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

MERCREDI

Salade verte
Chipolatas de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Petits pois BIO & carottes HVE ⁽³⁸⁾
Oeuf à la neige
& crème anglaise
Alternatif : Tortilla

La
pomme
sous toutes ses
formes à la
croque, en purée,
au four.

JEUDI

Menu Alternatif

Betteraves
Pennes BIO de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
sauce aux lentilles corail
Coulommiers
Cake nature de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Spécial poule au pot

Salade d'endives de Saint-Hilaire-la-Côte ⁽³⁸⁾
Poule au pot de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾
sauce suprême et son riz
Meule de Savoie ⁽⁷³⁾

La meule de Savoie
peut être dégustée
avec les endives.

Purée de **pommes HVE** de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾
Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois



LUNDI

Menu Alternatif

Salade de lentilles & ciboulette
Roulé au fromage
Haricots verts en persillade
Brique de Vache de chez Gérentes ⁽⁴³⁾
Compote à la banane



MARDI

Menu Saint Patrick

Salade Napoli
Tortis 3 couleurs, maïs, vinaigrette, ail, persil.
Petit **colin label MSC** sauce au pesto
Beignets de brocolis
Yaourt nature
Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Alternatif : Haricots blancs à la tomate



MERCREDI

Menu Dauphinois

Coleslaw
Steak haché de chez Carrel ⁽³⁸⁾ au jus
Gratin dauphinois traditionnel
Petit suisse
Meringue de chez Louvat ⁽³⁸⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale

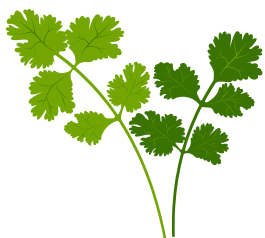
**La
couleur verte**
représente la **nature**,
la **chance**,
et la **fertilité**.

JEUDI

Spécial Couscous

Salade verte
Couscous au poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾
Semoule BIO
Carré de l'Est
Orange

Alternatif : Couscous de pois chiches



VENDREDI

Carottes râpées BIO de Parnans ⁽²⁶⁾

Pâtes BIO de Peaugres ⁽⁰⁷⁾

à la Carbonara viande de porc française

Yaourt BIO du Léoncel ⁽²⁶⁾

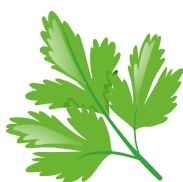
Copeaux de chocolat

→ Napper le yaourt avec les
copeaux de chocolat.

Alternatif : Pâtes sauce lentilles corail

LUNDI

Céleri en rémoulade
Emincé de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la Stroganof
Ecrasé de **pommes de terre BIO** ⁽³⁸⁾
Fromage blanc
Purée de **pommes HVE** de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾
Alternatif : Dahl de lentilles



MARDI

Betteraves
Cordon bleu viande française
Petits pois au jus
Buchette
Ananas au sirop
Alternatif : Mini quenelles en sauce blanche

MERCREDI

Menu procrastination & wrap
Carottes râpées BIO de Parnans ⁽²⁶⁾
Jambon blanc français & wrap
Chips
Fromage de chez papilles d'Ardèche ⁽⁰⁷⁾
Beignet au chocolat
Alternatif : Guacamole

**Le pain
aux graines est bon
pour l'équilibre
digestif.**

JEUDI

Salade verte
Haut de cuisse de poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾
Gratin de **potimarron BIO** d'Agnin ⁽³⁸⁾
Yaourt à la myrtille de chez Collet ⁽⁴²⁾
Cake aux noix de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

VENDREDI

Menu Alternatif
Houmous du Chef !
Lasagnes de légumes
Bourquette du Vercors ⁽³⁸⁾
Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Pain aux graines de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

LUNDI

Menu Alternatif

Salade de lentilles & ciboulette
Raviolis aux 4 fromages de chez Saint Jean ⁽²⁶⁾
sauce au Basilic
Yaourt nature
Abricots secs



MARDI

Menu Western

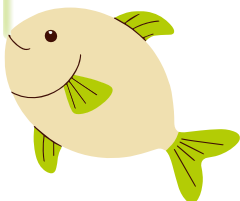
Macédoine
Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, sel, moutarde, persil.
Saucisse Toscane de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Potatoes
Sauce américaine
Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Alternatif : Merguez végétale



MERCREDI

Menu à l'envers

Pamplemousse
Poisson MSC d'Avril aux céréales
Jardinière de légumes
Tomme blanche de chez Gérentes ⁽⁴³⁾
Tomates cerises de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾
Alternatif : Crêpe au fromage



Le coing
est le fruit du
cognassier au
goût acidulé.

JEUDI

Chou rouge
Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la mexicaine
Riz
Petit suisse nature
Cake aux pépites de chocolat ⁽³⁸⁾
Alternatif : Chili sin carne

VENDREDI

Concombres en vinaigrette
Petit colin MSC sauce aurore
Purée de pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ et navets
Fromage de chez papilles d'Ardèche ⁽⁰⁷⁾
Compote de pommes & coings
Alternatif : Pavé végétal

