



LUNDI

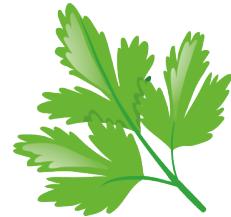
Menu Alternatif & BIO

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 BIO cuisinés à l'ail & au persil

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⁾

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 BIO

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

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



VENDREDI

Filet de **colin label MSC** meunière

Chou-fleur de la Drôme en béchamel

Buche crèmeuse 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

Compote de pommes BIO

Alternatif : Oeufs durs



MARDI

Menu Alternatif oriental

Couscous de légumes à la coriandre & pois chiches

Semoule BIO

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

Orange

MERCREDI

Découvrons l'Aneth

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 BIO de Parnans ⁽²⁶⁾ en persillade

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 Thodore ⁽³⁸⁾

Yaourt BIO

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
 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 BIO 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
 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 BIO**
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 BIO en persillade
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
Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Alternatif : Haricots blancs à la tomate

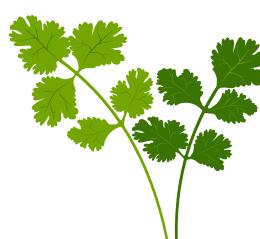
MERCREDI

Menu Dauphinois

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

Alternatif : Tomate farcie végétale

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



JEUDI

Spécial Couscous

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⁾

Alternatif : Pâtes sauce lentilles corail

LUNDI

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



MARDI

Cordon bleu viande française
Petits pois BIO 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⁾
Cake aux noix de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

VENDREDI

Menu Alternatif

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



LUNDI

Menu Alternatif

Salade de **lentilles BIO** & ciboulette

Raviolis aux 4 fromages de chez Saint Jean ⁽²⁶⁾

sauce au Basilic

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

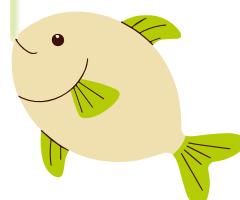
Pamplemousse

Poisson MSC d'Avril aux céréales

Jardinière de légumes

Tomme blanche de chez Gérentes ⁽⁴³⁾

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 BIO

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

Compote de pommes & coings

Alternatif : Pavé végétal

