

du 24 au 30 avril 2023

Menu de FRANCE

LUNDI

Blanquette de veau à l'ancienne Riz

Camembert BIO
Pomme label HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Quiche au fromagede Rives, Blanquette de légumes



Repas ALTERNATIF



Salade Napoli Quenelles lyonnaises d'Ecochard aux olives Brocolis béchamel au lait du GAEC de Quincieu Orange BIO



Salade de Coleslaw Rôti de porc **de chez Carrel** à la diable Cœur de blé BIO Crème dessert

Alternatif : Tomate farcie végétale



Salade BIO Suisse Sauté de poulet français au jus Carottes label HVE de chez Denis Chardon Cake aux noix de l'Etape Gourmande

Alternatif : Pavé végétal

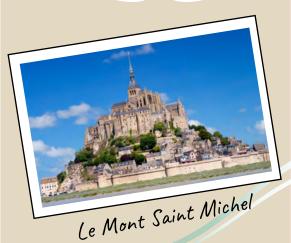


Salade d'Endives Moules marinières Tagliatelles BIO de Saint Jean Compote

Alternatif: Tagliatelles de Saint Jean sauce lentilles corail



Le terme
BLANQUETTE,
vient de la sauce
blanche à la crème
et au BEURRE.





du 1er au 7 mai 2023







Salade de petits pois & lentilles du Chef Couscous aux boulettes de bœuf **de chez Carrel** Semoule BIO

Pomme label HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Couscous végétal



Taboulé
Nugget's de poulet français
Flan de courgettes BIO
aux oeufs plein air d'Arthémonay
Salade de fruits

Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes



Repas ALTERNATIF



Tomates label HVE de la Coccinelle Lasagnes de Légumes Tomme du Châtelard de chez Verdannet Compote BIO



Filet de **poisson label MSC** meunière Ratatouille

Carré du Trièves BIO de Clelles Cake à la banane de l'Etape Gourmande

Alternatif : Pavé fromager



La Coccinelle à Ville-sous-Anjou NOUVEAU PARTENAIRE

Suivez nous sur FACEBOOK ou INSTAGRAM







du 8 au 14 mai 2023







Salade Vénitienne BIO

Sauté de poulet français au jus Epinards au lait du GAEC de Quincieu Fruit

Alternatif: Oeuf dur



Carottes râpées Poisson label MSC pané Riz niçois

Yaourt BIO du GAEC Lagrange à Léoncel

Alternatif: Beignets de camembert





Tomates label HVE d'Isère & mozzarella

Spaghettis

à la bolognaise (boeuf de chez Carrel) Emmental râpé

Compote de pommes BIO

Alternatif : Spaghettis à la sauce Arrabiata Pain aux herbes de l'Etape Gourmande

Repas ALTERNATIF



Salade de lentilles Tarte à la tomate et au fromage de chèvre de Rives Gratin de courgettes BIO Fraises label HVE de chez Luc Armanet



SPAGHETTIS signifie, FICELLE en Italien. «Farre una spaghettata».





du 15 au 21 mai 2023



ANNIVERSAIRE

Salade verte BIO

Emincé de bœuf de chez Carrel aux 2 moutardes

Carottes HVE de St Prim rôties au miel & à la châtaigne

Pain d'épices au Miel de l'Etape Gourmande

Alternatif: Omelette



Filet de **colin label MSC** au basilic Boulgour Verchicors **de la laiterie du Mont Aiguille Pomme BIO**

Alternatif: Quenelles régionales à la sauce tomate



Macédoine de légumes Paëlla garnie au poulet français Banane BIO

Alternatif: Paëlla végétarienne















Lundi 15 mai

ANNIVERSAIRE

de notre Guillette.

Menu au MIEL

de nos abeilles.



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements. Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



du 22 au 28 mai 2023



Radis Saucisson brioché **de Lyon** Pommes de terre à la vapeur **Yaourt BIO du Vercors**

Alternatif: Dahl de lentilles



Taboulé Steak haché de chez Carrel Haricots verts BIO Nectarine

Alternatif : Pavé végétal



Salade de coleslaw Haut de cuisse de poulet français à la basquaise & riz BIO Oeuf à la neige & sa crème anglaise

Alternatif : Quenelles régionales à la basquaise





Salade verte BIO

Caldeirada Ragoût de **poisson label MSC** Pastéis de Nata pâtisserie à la crème

Alternatif: Caldeirada végétale





Tomates label HVE d'Isère
Raviolis BIO aux légumes du Soleil de St Jean
Fromage râpé
Tomme de la Fruitière de Domessin
Fraises label HVE d'Isère



La CALDEIRADA de PEIXE est une BOUILLABESSE à la Portugaise.



Tour de Belem à Lisbonne



du 29 mai au 4 juin 2023







Omelette Riz cantonais aux crevettes Fromage blanc à la vanille Melon

Alternatif: Riz aux petits pois



Salade de perles légumières Sauté de volaille française aux herbes Ratatouille Pêche BIO

Alternatif: Falafels



Lasagnes à la Bolognaise au boeuf français Bleu du Vercors Sassenage AOP Compote BIO

Alternatif : Lasagnes de légumes



Repas ALTERNATIF



Houmous à tartiner Bouchée au fromage de Rives Haricots verts BIO & pommes de terre Gâteau à la pomme de l'Etape Gourmande



Suivez nous sur FACFROOK ou TNSTAGRAM







du 5 au 11 juin 2023



Taboulé BIO

Emincé de bœuf **de chez Carrel** au jus Epinards au lait **de Quincieu**

Alternatif: Oeufs durs



Carottes râpées Tomate farcie & Riz BIO Fromage blanc **d'Auvergne**Alternatif: Tomate farcie végétale



Concombre Filet de merlu label MSC à la tomate Trio de céréales Petit suisse nature

Alternatif : Boulettes végétales



Jambon braisé porc français à la Provençale Tagliatelles BIO de Saint Jean Carré du Trièves BIO Cerises label HVE d'Ardèche

Alternatif : Lentilles à la Provençale



Salade verte et dés de fromage Filet de colin label MSC sauce oseille Carottes BIO de chez Denis à St Prim Cake à la framboise de l'Etape Gourmande

Alternatif : Feuilleté au fromage











Repas ALTERNATIF

Menu de GRèCE



Boulettes au sarrasin & lentilles
Petits pois BIO au jus
Brique de chez Gérentes
Nectarine label HVE d'Isère



Tomates label HVE de Ville-sous-Anjou Bouchée de poisson label MSC plein filet Gratin de courgettes BIO cuisiné à la vachette & Tom d'Ardèche Crème dessert

Alternatif: Pavé végétal



Radis Chipolatas **de chez Carrel** Blé à la tomate **Yaourt BIO**

Alternatif: Quenelles régionales à la crème



Tzatziki concombre à la grecque Soutzoukakia boulettes de boeuf de chez Carrel Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive Fanouropita revisité Gâteau aux raisins de Corinthe

Alternatif : Dahl de lentilles



Salade verte BIO & maïs

Paëlla garnie au poulet français Crème chantilly &

Fraises label HVE de chez Luc Armanet

Alternatif: Paëlla végétale



La soutzoukakia

(Σουτζουκάκια) est une **BOULETTE** de viande de forme **ALLONGÉE**.





du 19 au 25 juin 2023



Melon BIO

Sauté de porc de chez Carrel à l'abricot Tortis aux 3 couleurs Yaourt à la framboise de la Loire

Alternatif : Pois chiches à la tomate







Tomme du Châtelard **d'Eydoche** Filet de **colin label MSC** sauce aigre douce **Riz BIO** à l'ananas Pastèque

Alternatif : Pavé végétal



Crêpe au fromage Haut de cuisse de poulet de notre région Ratatouille

Abricot label HVE de l'EARL Saint Estève à Saint Jean de Muzols

Alternatif: Omelette



Repas froid & Alternatif



Salade de lentilles BIO
Pizza aux légumes du soleil de Rives
Salade verte HVE de Baptiste à Jarcieu
Pêche label HVE d'Isère



Taboulé aux 3 céréales Steak haché **de chez Convivial** à la tomate **Haricots verts BIO** persillés **Cerises label HVE d'Ardèche**

Alternatif : Quenelles régionales à la crème

Suivez nous sur FACEBOOK ou INSTAGRAM

salades & fraises

BAPTISTE LEMOINE







du 26 juin au 2 juillet 2023



Gaspacho de tomates
Fideuà BIO
de poisson label MSC
Chocolate
con churros

Alternatif : Fideuà végétale





MARDI

Sauté de poulet français au curry Semoule Saint Marcellin BIO Abricot label HVE de l'EARL Saint Estève à Saint Jean de Muzols

Alternatif: Oeuf dur, Crêpe au fromage



Radis Saucisse **de chez Carrel** Ecrasé de **pommes de terre BIO** Yaourt

Alternatif: Tomate farcie végétale



SPAIN



Concombre
Emincé de bœuf de chez Carrel
à la Provençale
Tagliatelles BIO de chez Saint Jean
Fromage râpé
Cerises label HVE de l'Ardèche

Alternatif: Tagliatelles de St Jean sauce aux lentilles corail



Plaza de Espana - Séville

Salade verte label HVE & Ishere

Quenelles Lyonnaises de chez Ecochart à la tomate Flan de courgettes BIO aux oeuf plein air d'Arthémonay.

Cake au chocolat de l'Etape Gourmande



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements. Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)

Repas ALTERNATIF



du 3 au 9 juillet 2023



Chipolatas de chez Carrel
Lentilles BIO aux petits légumes
Bleu du Vercors Sassenage AOP
Brugnon label HVE de l'Isère

Alternatif : Feuilleté au fromage





Filet de poulet **régional** sauce orientale Pommes noisettes **Yaourt BIO de Léoncel** Melon

Alternatif: Boulettes végétales



MERCREDI

Salade de pommes de terre & ciboulette Filet de **poisson label MSC** meunière **Haricots verts BIO** Crème dessert à la vanille

Alternatif : Pavé fromager

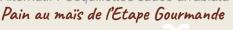




Salade label HVE & noix AOP de Grenoble Coquillettes BIO

à la bolognaise boeuf de chez Carrel Fromage râpé Gâteau de Savoie de l'Etape Gourmande

Alternatif : Coquillettes sauce arrabiata







Jambon blanc porc français
Pizza au fromage de Rives
Chips
Yaourt à boire
Abricot label HVE de St Jean de Muzols

Alternatif: Oeuf





Suivez nous sur FACEBOOK ou INSTAGRAM



