



LUNDI

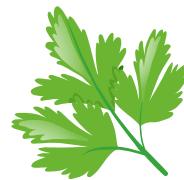
Menu Alternatif

Chili sin carne

Riz BIO

Verchicors de la laiterie de Vercors Lait (38)

Compote de **pommes & poires HVE** de la Ferme des Cerises (38)



MARDI

Salade de **pommes de terre BIO & ciboulette**

Palette de porc (38) aux **oignons** de l'Hermitail à Livron (26)

Beignets de légumes

Kiwi de chez Savajols à St Rambert d'Albon (26)

Alternatif : Haricots blancs à la tomate

MERCREDI

Tarte au fromage de **Rives** (38)

Haut de cuisse de poulet français

Carottes HVE (38) à la crème **d'ail**

Compote BIO

Alternatif : Mini-quenelles sauce blanche

Qui sera
couronné
roi ou reine
pour la **journée** ?



JEUDI

Epiphanie

Filet de **poisson MSC** meunière

Epinards BIO en béchamel

Bournette du Vercors de Vercors Lait (38)

Galette des Rois de l'Etape Gourmande (38)

Alternatif : Oeufs durs

VENDREDI

Boulettes de bœuf de chez **Carrel** (38) sauce **au poivre**

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

Fromage blanc de chez **Gérentes** (43)

Pomme BIO de Ville-sous-Anjou (38)

Alternatif : Pané blé tomate mozzarella



LUNDI

Salade de pépinettes

pépinettes, maïs, vinaigrette, mayonnaise, échalotte, persil.

Filet de poulet français au jus

Brocolis BIO en béchamel

Crème dessert de chez Collet⁽⁴²⁾

Alternatif : Nuggets de blé



MARDI

Menu Alternatif

Oeufs brouillés

Petits pois BIO au jus

Petit suisse aux fruits

Clémentine

MERCREDI

Menu lentilles aux Herbes

Filet de colin MSC à la crème

Lentilles BIO cuisinées au thym

Carré de l'Est

Fruit

Alternatif : Crêpe au fromage

Le piment d'espelette est un piment doux cultivé dans le pays Basque.



JEUDI

Menu spécial épices

Daube de bœuf de chez Carrel⁽³⁸⁾ aux épices

Purée de **potimarron BIO** de chez Pierre Sylvant à Agnin⁽³⁸⁾

Fromage au Piment d'Espelette de chez Papilles d'Ardèche⁽⁰⁷⁾

Cake aux épices de l'Etape Gourmande⁽³⁸⁾

Pain aux herbes de l'Etape Gourmande⁽³⁸⁾

Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

VENDREDI

à la Montagne

Salade verte

Croziflette

aux crozets semi-complets de l'Atelier de Niermont⁽⁰¹⁾

Poire HVE de Moras-en-Valloire⁽²⁶⁾

Alternatif : Croziflette végétale



LUNDI

Menu coloré anti blue Monday

Saucisse du Nord Isère ⁽³⁸⁾
Riz BIO niçois du Soleil
 Petit suisse aux fruits colorés
 Fruits au sirop Arlequin
 Pain à la betteraves de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé maraîcher



MARDI

Filet de merlu MSC sauce à l'oseille
 Rösti
Verchicors BIO de la laiterie de Vercors Lait ⁽³⁸⁾
 Kiwi de chez Savajols à St Rambert d'Albon ⁽²⁶⁾

Alternatif : Lentilles à la dijonnaise

MERCREDI

Jambon blanc français
 Quenelles ⁽⁶⁹⁾ sauce mornay
 Flan de **potimarron HVE** de Jarcieu ⁽³⁸⁾
Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Houmous

La **lentille corail** est une légumineuse cultivée dès la préhistoire.



JEUDI

Menu Alternatif

Mâche
Pennes BIO de chez Léa Nature à Peaugres ⁽⁰⁷⁾
 sauce lentilles corail
 Yaourt à la châtaigne de chez Collet ⁽⁴²⁾

VENDREDI

Sauté de volaille française au jus
 Chou-fleur en persillade
Saint-Marcellin BIO de chez Vercors Lait ⁽³⁸⁾
 Cake aux pépites de chocolat Gourmand ⁽³⁸⁾

Alternatif : Omelette



LUNDI

Salade de lentilles & ciboulette
 Filet de **Merlu label MSC** au citron
Epinards BIO en béchamel
 Clémentine
Alternatif : Tortilla



MARDI

Betteraves
 Saucisse au chou de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Pommes de terre HVE de Gillonay ⁽³⁸⁾ ↗
 Sauce fromage blanc & herbes
Compote BIO

Napper les pommes de terre avec la sauce.

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

MERCREDI

Menu Montagne Alternatif
Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
 Cappellettis au fromage en sauce tomate
 Oeuf à la neige & Crème anglaise

La coriandre
 est utilisée comme **herbe aromatique** depuis l'époque médiévale.



JEUDI

Spécial Couscous

Salade verte
 Couscous au poulet français
 Sémoule & coriandre
Yaourt BIO de Léoncel ⁽²⁶⁾

Alternatif : Couscous aux pois chiches

VENDREDI

Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la mexicaine
 Haricots verts en persillade
 Fromage blanc de l'Auvergne ⁽⁴³⁾
Cake au citron BIO de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

LUNDI

Chandeleur

Crêpe jambon français & fromage
 Ratatouille aux courgettes BIO d'Agnin⁽³⁸⁾
 Yaourt à la banane de chez Collet⁽⁴²⁾
 Crêpe au chocolat
Alternatif : Crêpe au fromage



MARDI

Salade Napoli

Tortis 3 couleurs, tomate, maïs, vinaigrette, ail, persil.

Blanquette de poisson MSC

Carottes BIO de Parnans⁽²⁶⁾ en persillade

Pomme BIO de la Coccinelle⁽³⁸⁾

Alternatif : Flageolets au jus

MERCREDI

Menu Alsacien

Choucroute & charcuterie française
Pommes de terre BIO de Thodure⁽³⁸⁾
 Yaourt à la vanille
 Fruit
Alternatif : Pavé végétal

Les crêpes symbolisent le soleil, et le retour des beaux jours.



JEUDI

Menu Alternatif et local

Salade endives de Saint-Hilaire-de-la-Côte⁽³⁸⁾
Raviolis ail des ours BIO de Saint Jean⁽²⁶⁾
 en sauce crème
 Tomme de Yenne⁽⁷³⁾
 Cake nature de l'Etape Gourmande⁽³⁸⁾

VENDREDI

Salade verte

Sauté de porc de chez Carrel⁽³⁸⁾ au jus

Gratin dauphinois aux pommes de terre BIO de Thodure⁽³⁸⁾

Compote de pommes HVE de Bougé-Chambalud⁽³⁸⁾

Alternatif : Dahl de lentilles