

LUNDI

Menu Alternatif

Salade Napoli

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

Quenelles aux olives

Brocolis BIO en béchamel

Yaourt nature de la Laiterie Collet ⁽⁴²⁾



MARDI

Blanquette de veau français de chez Beauvallet
Riz

Camembert BIO

Pomme HVE de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

MERCREDI

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

Purée de pommes de terre

Saint Marcellin BIO de chez Vercors Lait ⁽³⁸⁾

Purée de **pommes HVE** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Hachis parmentier végétal



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

JEUDI

Menu aux herbes du Sud

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾

Caldeirada au thym

Poisson MSC, pommes de terre, carottes et courgettes HVE

Cake BIO au citron de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Caldeirada végétale

VENDREDI

Salade d'endives de Saint-Hilaire-la-Côte ⁽³⁸⁾

Sauté de volaille française au jus

Pennes BIO

Crème dessert

Alternatif : Penne BIO sauce lentilles corail

LUNDI

Couscous aux boulettes de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Semoule

Fromage blanc nature

Pomme BIO de chez la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Couscous aux pois chiches

MARDI



Salade de pommes de terre & ciboulette

Nugget's de poulet français

Gratin de **courgettes BIO** d'Agnin ⁽³⁸⁾

Ananas au sirop

Alternatif : Nugget's de blé

MERCREDI

Menu plein air

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Pain hot dog & saucisse française

Potatoes

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

Compote BIO

Alternatif : Merguez végétale

La **ciboulette** a
des notes **anisées**,
épiciées ou **poivrées**.
Elle **parfume** les
entrées et les
plats chauds.

JEUDI

Filet de **poisson label MSC** à l'ail & au persil

Ratatouille

Saint Marcellin BIO de Vercors Lait ⁽³⁸⁾

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

Alternatif : Pavé végétal

VENDREDI

1er mai «Féié»



LUNDI

Salade Vénitienne

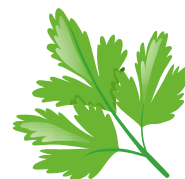
coquillettes, tomate, maïs, petit pois, vinaigrette, persil

Sauté de poulet français au jus

Epinards BIO en béchamel

Pomme HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Omelette



MARDI

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ râpées

Lasagnes à la bolognaise

viande française

Flan au caramel

Alternatif : Lasagnes de légumes

MERCREDI

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Poisson label MSC sauce au citron

Riz BIO

Cake aux noix de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Curry de pois chiches

La saison
de la **fraise**
s'étend d'**avril** à
juin, et jusqu'à
l'**automne** pour les
remontantes.

JEUDI

Menu Alternatif

Salade de lentilles & ciboulette

Tarte au fromage de Rives ⁽³⁸⁾

Haricots verts BIO en persillade

Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

VENDREDI

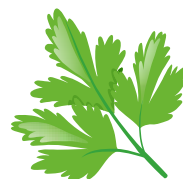
8 mai «Férié»



Ces menus sont validés par notre service diététique et peuvent être **modifiés** en fonction des approvisionnements. Toutes nos viandes sont d'origine **France et/ou locale** sous réserve d'approvisionnement. Les plats contiennent des **allergènes** majeurs : gluten, crustacés, oeuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, sulfites, lupin, mollusque.

LUNDI

Anniversaire de Guillette



Steak haché de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la moutarde et au miel

Carottes BIO de Parnans ⁽²⁶⁾ en persillade

Fromage blanc de l'Auvergne ⁽⁴³⁾

Pain d'épices et miel de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

MARDI

Repas Froid en plein air



Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Jambon blanc français

Salade de pépinettes

pépinettes, tomate, mayonnaise, vinaigrette, persil

Yaourt à boire

Alternatif : Oeufs durs

MERCREDI

Menu Alternatif

Paëlla végétarienne

Fromage blanc BIO nature

Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

Les
abeilles butinent
et grâce à elles, on
peut **manger**
des **fruits** et des
légumes.

JEUDI

L'Ascension «Féié»



LUNDI

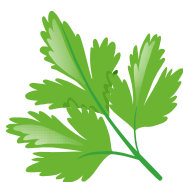
Radis

Saucisson brioché de Lyon de chez Randy ⁽⁶⁹⁾

Pommes de terre vapeur en persillade

Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale



MARDI

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

Haricots verts BIO en persillade

Meule de Savoie ⁽⁷³⁾

Cake aux pépites de chocolat gourmand ⁽³⁸⁾

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

MERCREDI

Menu Journée Mondiale des Abeilles

Coleslaw

Haut de cuisse de poulet français

Riz BIO

Yaourt HVE label Ishere de Theys ⁽³⁸⁾

Miel de Thodure ⁽³⁸⁾

Alternatif : Lentilles à la Provençale



Consommer
local c'est bon
pour ma planète et
pour ma région.

JEUDI

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾

Ragoût de poisson label MSC

Yaourt à la châtaigne de chez Collet ⁽⁴²⁾

Alternatif : Ragoût végétal

VENDREDI

Menu Alternatif et Local

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Raviolis BIO aux légumes du Soleil de Saint Jean ⁽²⁶⁾

sauce tomate et herbes de Provence

Tomme de Yenne ⁽⁷³⁾

Fraises HVE de la Ferme des Cerises ⁽³⁸⁾

LUNDI

Pentecôte «Férié»



MARDI

Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à l'asiatique

Riz BIO

Fromage blanc nature BIO

Melon

Alternatif : Pois chiches sauce à l'asiatique

MERCREDI

Salade de perles légumières

Perles, légumes du soleil, vinaigrette, persil et ail.

Poisson MSC meunière

Ratatouille **aux courgettes BIO** ⁽³⁸⁾

Fruits au sirop

Alternatif : Pavé végétal

Le
Houmous
est une purée de
pois chiches et de
tahini agrémenté de
citron et d'ail

JEUDI

Menu Alternatif

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Croque fromage

Haricots verts BIO en persillade

Gâteau à la pomme de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾



VENDREDI

Menu Barbecue spécial Fête des Voisins

Houmous

Chipolatas de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Potatoes

Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

Pain à la tomate de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Aiguillettes blé & carottes

LUNDI

Salade Vénitienne

coquille, tomate, maïs, petit pois, vinaigrette, persil

Jambon français braisé au jus

Epinards BIO en béchamel

Melon

Alternatif : Feuilleté fromage



MARDI

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ rapées

Tomate farcie

Semoule BIO

Fromage blanc de l'Auvergne ⁽⁴³⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale

MERCREDI

Menu Buddha Bowl JM du Vélo



Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Dés de poulet français

Salade de riz

Dés d'emmental

Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Oeufs durs À couper et mettre dans son buddha bowl.

En juin, c'est
la pleine saison des
cerises. A déguster
avec modération.

JEUDI

Menu Alternatif

Coquillettes BIO

Sauce lentilles corail

Carré de l'Est

Cerises HVE des Fruitières Dauphinoises ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾

Filet de **colin label MSC** sauce à l'oseille

Carottes BIO de Parnans ⁽²⁶⁾ en persillade

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

Alternatif : Tortilla

LUNDI

Boulettes de **bœuf BIO** de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Petits pois au jus
Brique de l'Auvergne ⁽⁴³⁾
Pêche HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾
Alternatif : Boulettes de blé



MARDI

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Bouchées de **poisson MSC** panées
Gratin de **courgettes BIO** de Parnans ⁽²⁶⁾
Crème dessert au chocolat
Alternatif : Beignets de fromage

MERCREDI

Radis
Chipolatas de chez Carrel ⁽³⁸⁾ au jus
Cœur de blé BIO à la tomate
Yaourt nature du Mottier ⁽³⁸⁾
Alternatif : Mini-quenelles sauce blanche

Le retour des
pêches, de
juin à septembre.
Un fruit riche en eau.



JEUDI

Menu Alternatif spécial football

Concombre
Fair play du Croque fromage
Epinards BIO en béchamel façon pelouse
Cake à la banane de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Pain au maïs de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾
Paëlla au poulet français
et au **riz BIO**
Crème chantilly
Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾
Alternatif : Paëlla végétarienne

LUNDI

Melon

Sauté de porc de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à l'abricot & au romarin

Tortis BIO

Yaourt à la framboise de chez Collet ⁽⁴²⁾

Alternatif : Dahl de lentilles



MARDI

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

Filet de colin label MSC sauce aigre douce

Riz BIO à l'ananas

Pastèque

Alternatif : Omelette



MERCREDI

Crêpe au fromage

Poulet ⁽²⁶⁾ aux herbes de Provence

Ratatouille aux **courgettes BIO** ⁽³⁸⁾

Abricot HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

Alternatif : Tortilla



JEUDI

Menu Alternatif

Pizza aux légumes de Rives ⁽³⁸⁾

Salade de lentilles & ciboulette

Fromage blanc BIO

Pêche HVE de la Vallée du Rhône ⁽³⁸⁾



VENDREDI

Taboulé

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

Steak haché de chez Carrel ⁽³⁸⁾ sauce barbecue

Haricots verts BIO en persillade

Cerises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal



LUNDI

Menu Espagnol

Fideua au **poisson label MSC**
avec des **coquillettes BIO** de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
Yaourt à la banane de chez Collet ⁽⁴²⁾
Melon

Alternatif : Fideua végétale

MARDI



Sauté de volaille française au curry
Semoule BIO
Saint-Marcellin BIO ⁽³⁸⁾
Abricots HVE de la Vallée du Rhône ⁽³⁸⁾

Alternatif : Terrine de légumes, curry de petits pois

MERCREDI

Pastèque
Saucisse toscane de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Pâtes BIO de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
Yaourt HVE label Ishere de Theys
Alternatif : Tomate farcie végétale

Le
Gaspacho,
soupe **froide** à base
de **tomates, légumes**
crus et **huile d'olive**.

JEUDI

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ râpées
Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la mexicaine
Purée de pommes de terre
Liégeois au chocolat

Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

VENDREDI

Menu Alternatif fraîcheur

Quiche au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Macédoine
Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, moutarde, **persil**.
Fromage blanc de chez Gérentes ⁽⁴³⁾
Cake au caramel de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

LUNDI

Salade de lentilles
Chipolatas de chez Carrel ⁽³⁸⁾ au jus
Courgettes BIO d'Agnin ⁽³⁸⁾ à la tomate
Brugnon HVE de chez Savajols ⁽²⁶⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

MARDI



Filet de poulet français sauce orientale
Potatoes
Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾
Melon
Alternatif : Pavé végétal

MERCREDI

Pastèque
Blanquette de poisson MSC
Haricots verts BIO en persillade
Crème dessert à la vanille
Alternatif : Quenelles en sauce tomate

Récoltez,
les **herbes** d'été et
faites les **sécher**, pour
parfumer vos plats
toute l'année .

JEUDI

Menu Alternatif

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾
Rougail aux haricots
Coquillettes BIO
Cake nature de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Pique-nique de Fin d'Année
Jambon blanc français
Pizza BIO au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Chips
Yaourt à boire
Abricot HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾
Alternatif : Oeuf dur