

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

Betteraves

Blanquette de veau français de chez Beauvallet

Riz

Pomme HVE de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

**Herbes
de Provence**
romarin, origan,
Sarnette, 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

Salade de petits pois & lentilles

Lentilles, petits pois, vinaigrette, sel, **échalote**.

Couscous aux boulettes de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Semoule

Fromage blanc nature

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



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

JEUDI

Taboulé

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

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

Ratatouille

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

Alternatif : Pavé végétal

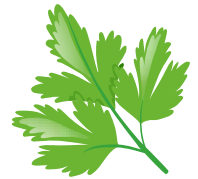
VENDREDI

1er mai «Férial»



LUNDI

Salade Vénitienne
coquille, 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

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 Fruitières Dauphinoises ⁽³⁸⁾

VENDREDI

8 mai «Férial»



LUNDI

Anniversaire de Guillette



Betteraves

Emincé de **boeuf BIO** de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la moutarde et au miel

Carottes BIO de Parnans ⁽²⁶⁾ en persillade

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⁾

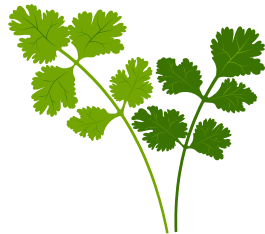
Jambon blanc français

Salade de pépinettes

pépinettes, tomate, mayonnaise, vinaigrette, persil

Yaourt à boire

Alternatif : Oeufs durs



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

JEUDI

L'Ascension «Féiée»



LUNDI

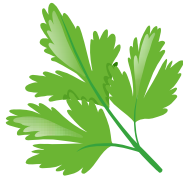
Radis

Saucisson brioché de Lyon de chez Randy ⁽⁶⁹⁾

Pommes de terre vapeur en persillade

Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale



MARDI

Céleri

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

Haricots verts BIO en persillade

Cake aux pépites de chocolat gourmand ⁽³⁸⁾

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

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

Chou kouki
Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à l'asiatique
Riz BIO
Fromage blanc nature BIO
Alternatif : Pois chiches sauce à l'asiatique

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 : Merguez végétale

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

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

JEUDI

Menu Alternatif

Radis

Coquillettes BIO

Sauce lentilles corail

Carré de l'Est

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

Taboulé

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

Boulettes de **bœuf BIO** de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Petits pois au jus

Brique de l'Auvergne ⁽⁴³⁾

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

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



JEUDI

Menu Alternatif

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾

Pizza aux légumes de Rives ⁽³⁸⁾

Salade de lentilles & ciboulette

Fromage blanc BIO



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

Gaspacho de tomates
Fideua au **poisson label MSC**
avec des **coquillettes BIO** de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
Yaourt à la banane de chez Collet ⁽⁴²⁾
Alternatif : Fideua végétale

MARDI



Terrine de campagne de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Sauté de volaille française au curry
Semoule BIO
Saint-Marcellin BIO ⁽³⁸⁾
Alternatif : Terrine de légumes, curry de petits pois

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 BIO** de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la mexicaine
Purée de pommes de terre
Liégeois au chocolat
Alternatif : Chili sin carne

VENDREDI

Menu Alternatif fraîcheur

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾
Quiche au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Macédoine
Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, moutarde, **persil.**
Cake au caramel de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

LUNDI

Menu Alternatif

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

MARDI



Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Filet de poulet français sauce orientale
Potatoes
Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾
Alternatif : Pavé végétal

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

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Jambon blanc français
Pizza BIO au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Yaourt à boire
Abricot HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾
Alternatif : Oeuf dur