

LUNDI

Menu Alternatif

Salade Napoli

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

Quenelles aux olives

Brocolis en béchamel

Yaourt nature de la Laiterie Collet ⁽⁴²⁾

Kiwi



MARDI

Betteraves

Blanquette de veau français de chez Beauvallet

Riz

Camembert

Pomme HVE de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

**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

Fromage blanc nature

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

Carré de l'Est

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

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 HVE** de Saint Prim ⁽³⁸⁾

Yaourt nature

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

Saint Marcellin IGP ⁽⁷³⁾

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

Alternatif : Pavé végétal

VENDREDI

1er mai «Férialé»



LUNDI

Salade Vénitienne

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

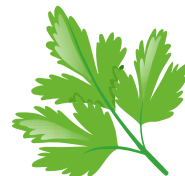
Sauté de poulet français au jus

Epinards en béchamel

Yaourt

Pomme HVE de la Coccinelle (38)

Alternatif : Omelette



MARDI

Carottes HVE de Saint Prim (38) râpées

Lasagnes à la bolognaise

viande française

Bleu doux de chez Gérentes (43)

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 en persillade

Coulommiers

Fraises HVE des Fruitières Dauphinoises (38)

VENDREDI

8 mai «Férial»



LUNDI

Anniversaire de Guillette

Betteraves

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

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ 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

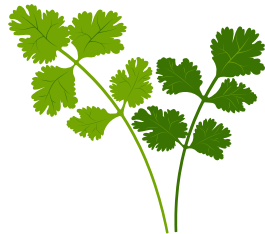
Salade de pépinettes

pépinettes, tomate, mayonnaise, vinaigrette, persil

Yaourt à boire

Pomme HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Oeufs durs



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

JEUDI

L'Ascension «Férial»



LUNDI

Radis

Saucisson brioché de Lyon de chez Randy ⁽⁶⁹⁾

Pommes de terre vapeur en persillade

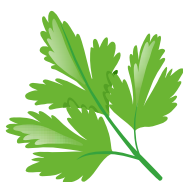
Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾

Purée de pommes HVE de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale



MARDI



Céleri en rémoulade

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

Haricots verts en persillade

Meule de Savoie ⁽⁷³⁾

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⁾

Madeleine

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
Fromage blanc nature
Melon

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 *en persillade*
Yaourt

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



VENDREDI

Menu Barbecue spécial Fête des Voisins

Houmous
Chipolatas de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Potatoes
Chantilly
Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾
Pain à la tomate de l'Étape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Aiguillettes blé & carottes

LUNDI

Salade Vénitienne

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

Jambon français braisé au jus

Epinards en béchamel

Saint Marcellin IGP ⁽⁷³⁾

Melon

Alternatif : Feuilleté fromage



MARDI

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ rapées

Tomate farcie

Semoule

Fromage blanc de l'**Auvergne** ⁽⁴³⁾

Mousse au chocolat

Alternatif : Tomate farcie végétale

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

JEUDI

Menu Alternatif

Radis

Coquillettes

Sauce lentilles corail

Carré de l'Est

Cerises HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Salade verte de **Gières** ⁽³⁸⁾

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

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ en persillade

Yaourt

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 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 HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

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 en béchamel façon pelouse

Bleu doux de l'Auvergne ⁽⁴³⁾ en coup franc

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
Yaourt à la framboise de chez Collet ⁽⁴²⁾
Meringue de chez Louvat ⁽³⁸⁾
Alternatif : Dahl de lentilles



MARDI



Cake à la carotte de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Filet de colin label MSC sauce aigre douce
Riz à l'ananas
Fromage des papilles d'Ardèche ⁽⁰⁷⁾
Pastèque
Alternatif : Omelette



JEUDI

Menu Alternatif



Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾
Pizza aux légumes de Rives ⁽³⁸⁾
Salade de lentilles & ciboulette
Fromage blanc
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 en persillade
Buchette
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⁾
Melon

Alternatif : Fideua végétale

MARDI



Terrine de campagne de chez Carrel⁽³⁸⁾
Sauté de volaille française au curry
Semoule
Saint-Marcellin IGP⁽⁷³⁾
Abricots HVE de la Vallée du Rhône⁽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 de chez Carrel⁽³⁸⁾ à la mexicaine
Purée de pommes de terre
Camembert
Liégeois au chocolat

Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

VENDREDI

Menu Alternatif fraîcheur

Salade verte de Gières⁽³⁸⁾
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 HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ à la tomate
Meule de Savoie ⁽³⁸⁾
Brugnon HVE de chez Savajols ⁽²⁶⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

MARDI



Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Filet de poulet français sauce orientale
Potatoes
Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾
Melon
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
Fromage râpé
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