



MENU ALTERNATIF

Chou Kouki
Couscous
de légumes
Fromage Blanc de chez Gérentes **label Montagne**
Liégeois au chocolat



Carottes râpées
Saucisse de chez Carrel
Truffade Auvergnate
Coulommiers
Compote BIO

Alternatif : Saucisse végétale



MENU de BERNIN, DOMARIN & VARCES

Salade Verte
Steak haché de chez Carrel
Rösti
Ketchup
Fraises

Alternatif : Steak végétal



Concombre & vinaigrette
Sauté de volaille au jus
Riz niçois
Tomme du Châtelard d'Eydoche
Cake BIO au Citron de l'Étape Gourmande

Alternatif : Boulettes végétales



Il fait bon vivre à Domarin,
petit village entre ville et
campagne, on y trouve
château, vignes et forêts, mais
aussi clocher, croix et sources.
Il fait bon vivre à Domarin,
Dauphinois et habitants
d'ailleurs Tous d'accord pour
prendre plaisir en mangeant !



Bernin





Taboulé
Haut de cuisse de poulet région du Goût
Epinards au lait de Quincieu
Gruyère de Savoie
Compote
Alternatif : Oeufs durs



HVE
agriculture
raisonnée qui
préserve la
Biodiversité.



Radis & beurre
Coquille de poisson
Riz
Fromage Blanc
Mousse au chocolat
Alternatif : Mini quenelles sauce blanche

IGP exigence
de qualité et
certifie la zone
géographique



MENU ALTERNATIF de Ste Geneviève de RIVES

Salade Verte & **Noix de Grenoble AOP**
Flan de **courgettes HVE**
aux **ravioles IGP** de Romans
Yaourt nature de la Ferme Collet
Fraises de chez Luc Armanet



JEUDI
c'est pain
au curry

Concombre & vinaigrette
Sauté de Boeuf d'Isère Viandes
Croquets de Savoie à l'ail
Buchette
Gâteau de Savoie de l'Étape Gourmande
Alternatif : Croziflette végétale





Salade trio de lentilles
Chipolatas de chez Carrel
Ratatouille
Yaourt BIO du Léoncel
Compote de Pommes
Alternatif : Crêpe au fromage



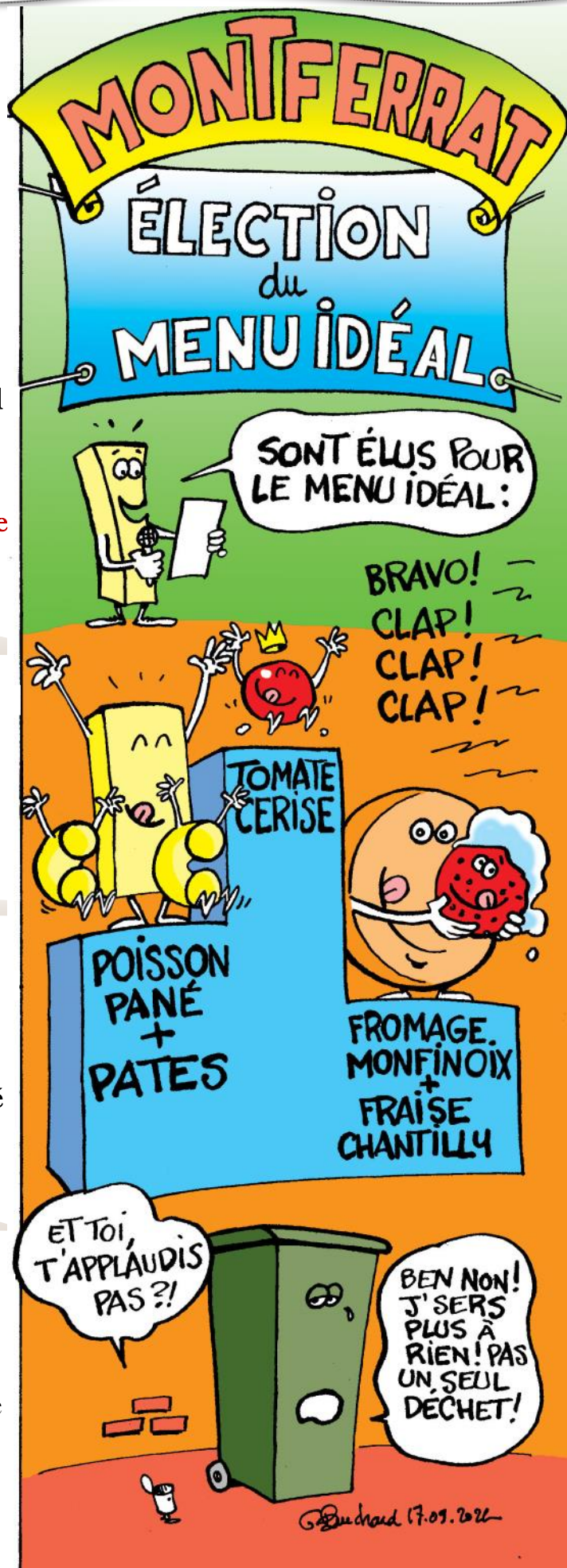
Carottes râpées
Steak haché label de chez Convivial
Purée de Pommes de terre d'Ardèche
Tomme d'Auvergne **label Montagne**
Melon
Alternatif : Pavé végétal



MENU DE MONTFERRAT
Tomates cerises
Poisson label MSC pané
Coquillettes
Monfinoix de la fromagerie Beaudé
Fraises à la Chantilly
Alternatif : Pavé fromager



MENU ALTERNATIF pour LA BIODIVERSITE
Salade Marocaine
Quenelles de ST Jean sauce tomate
Haricots verts persillés
Saint Marcellin IGP
Gâteau au chocolat Gourmand





Melon
Aiguillettes de poulet sauce suprême

Semoule
Fourme d'Ambert AOP

Compote de poires
Alternatif : Crêpe au fromage

Sauce suprême
à base de bouillon
de volaille, farine,
beurre et crème.



Salade de pommes de terre mimosa

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

Carottes BIO de la Drôme à l'ail

Fromage blanc

Pommes HVE des Fruitiers Dauphinois

Alternatif : Omelette

Les **carottes BIO**
sont cuites à l'eau
et revenues dans
du beurre de l'ail
et du persil.



*Ce menu est susceptible d'être modifié en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit «*



Jeudi c'est
L'ASCENSION et
Vendredi c'est
la FÊTE DES VOISINS !
Bon barbecue !

MENU ALTERNATIF

Salade vénitienne
Boulettes végétales
Gratin de **courgettes BIO**
Bleu doux de chez Gérentes
Cerises de la Vallée du Rhône



La Forteresse

« Un Menu équilibré de saison qui allie plaisir et pas de Gaspillage ! »

MENU de LA FORTERESSE & SAINT VINCENT DE MERCUZE

Carottes râpées
Lasagnes à la Bolognaise
Carré du Trièves de la laiterie du Mont Aiguille
Mousse au Chocolat
Alternatif : Lasagnes de légumes



MENU de VILLENEUVE DE MARC

Radis & Beurre
Nuggets de Filet de Poulet
Potatoes
Yaourt Nature
Fraises



Alternatif : Beignets de camembert

MENU SAVEURS D'ASIE

Salade de tomates
Sauté de Porc de chez Carrel au caramel
Riz Cantonais
Fromage blanc vanillé
Cake à l'ananas de l'Etape Gourmande

Alternatif : Emincé végétal & riz

Ce menu est susceptible d'être modifié en fonction des approvisionnements.

Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)

Villeneuve de Marc

« Le Menu des Gourmands »
Villeneuve de Marc est un petit village avec une forte activité associative qui bouge beaucoup !



A LA
PENTECÔTE, je
prends l'air et je
fais du sport !
MANGER &
BOUGER !



MARDI
c'est pain
Provençal

MENU BIO

Betteraves BIO

Daube de **boeuf BIO** de Carrel
à la Provençale

Pommes de terre vapeur BIO
d'Ardèche

Camembert BIO

Cake BIO au Citron Gourmand

Alternatif : Flan de courgettes



MEYRIEU-LES-ÉTANGS



MARDI

Daube de boeuf BIO de Carrel à la Provençale

Pommes de terre vapeur BIO d'Ardèche

Camembert BIO

Cake BIO au Citron Gourmand

Alternatif : Flan de courgettes



MENU ALTERNATIF & BIO

Taboulé BIO

Quenelles BIO de St Jean

Sauce **lentilles corail BIO**

Yaourt BIO du Léoncel

Nectarine BIO



MENU DE MEYRIEU LES ETANGS

Tomates Mozzarella

Filet de Poulet à la Provençale

Tagliatelles de Saint Jean

Petit Suisse

Pastèque

Alternatif : Emincé végétal à la Provençale

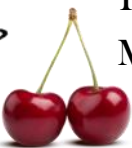




Chou Kouki

Jambon braisé sauce aux agrumes
Flan de **courgettes HVE** de St Prim
Monfinoix de la fromagerie Beaudé
Cerises de la Vallée du Rhône

Alternatif : Emincé végétal aux agrumes



Melon

Boulettes de Boeuf de **chez Convivial** aux olives
Tortis aux 3 légumes
Fromage râpé
Cake au caramel de l'Étape Gourmande

Alternatif : Boulettes végétales



Consommés
à la bonne
SAISON



et
Cuisinés
MAISON



MENU ALTERNATIF

Salade verte & **noix AOP de Grenoble**
Pizza aux légumes du soleil de Rives
Salade Trio de lentilles
Yaourt aromatisé
Fraises de chez Armanet



Légumes à croquer
sauce au Fromage

Gratin de **Poisson label MSC**
aux **ravioles IGP** de Saint Jean
Abricot

*Alternatif : Gratin de **ravioles IGP** végétal*



Les **FRUITS ET LÉGUMES** restent
LÉGERS pour
votre budget,
votre santé et celle
de la planète !



MENU ALTERNATIF

Carottes râpées
Tomates farcies végétales
Riz

Yaourt à l'abricot de la Ferme Collet

Pêche label HVE régionale

Le Plein
de
Vitamine
D

MENU FÊTE DE LA MUSIQUE

Salade Vénitienne

Haut de cuisse de poulet région du goût

Haricots verts persillés

Carré du Trièves de la laiterie du Mont Aiguille

Pastèque

Alternatif : Friand au fromage



Pour
Fortifier tes
OS !



Chezeneuve

MENU DE CHEZENEUVE

Melon

Tagliatelles de Saint Jean

sauce bolognaise au boeuf de chez Carrel

Chantilly



Fraises de la vallée du Rhône

Alternatif : Tagliatelles de Saint Jean sauce champignons

REPAS FROID « Fête de la St.Jean »

Salade Suisse

Jambon blanc

Taboulé

Yaourt nature

Cake au chocolat de l'Étape Gourmande

Alternatif : Terrine de légumes

Ce menu est susceptible d'être modifié en fonction des approvisionnements.

Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)





Salade de jeunes pousses
Sauté de boeuf de **chez Carrel** à la Basquaise
Purée de pommes de terre **d'Ardèche**
Fromage Blanc
Compote
Alternatif : Pavé végétal

On fait mijoter des oignons, des tomates et des poivrons pour cuisiner notre SAUCE BASQUAISE

MENU ALTERNATIF



Salade de lentilles et ciboulette
Ravioli de légumes BIO de Saint Jean & râpé
sauce Provençale
Camembert

Saint Jean élabore sa farce à partir de poivrons, tomates, oignons, aubergine et Ricotta BIO.

Pêche de la Vallée du Rhône HVE



MENU DE BOUVESSE QUIRIEU



Melon
Nuggets de Poulet
Pommes noisettes
Yaourt à boire
Cake Choco-coco de l'Étape Gourmande
Alternatif : Bâtonnets de Mozzarella



Concombre
Filet de **colin label MSC** à l'oseille
Riz BIO
Tomme de Quincieu aux herbes
Cerises d'Ardèche
Alternatif : Crêpe au fromage





Taboulé
Chipolatas de chez Carrel

Ratatouille

Petit Suisse nature

Nectarine

Alternatif : Friand au fromage

Salade aux céréales

Poisson label MSC meunière au citron

Carottes Vichy BIO

Tomme Blanche de chez Gérentes

Compote de pommes

Alternatif : Pavé fromager



Nous vous
souhaitons de
**BONNES
VACANCES !**
A l'année
prochaine !



Avec toujours la
même devise :

**BIEN MANGER
POUR BIEN
GRANDIR !**

REPAS FROID & ALTERNATIF SPÉCIAL FIN D'ANNÉE

Tomates cerises

Quiche au Fromage de Rives

Chips

Yaourt à boire

Cake au Caramel de l'Étape Gourmande

