

RETOURS SUR LES MENUS

Qu'avez vous apprécié ou moins aimé ?
Et Pourquoi ?

du 2 au 8 janvier 2023

Vos Suggestions....

MES RETOURS

LUNDI

Carottes râpées
Spaghettis
à la Bolognaise
Yaourt
Compote

Alternatif : Spaghettis sauce lentilles corail

MARDI

Taboulé
Sauté de poulet **région du goût** au jus
Brocolis béchamel [au lait d'Isère](#)
Tomme du Châtelard **de chez Verdannet**
Orange

Alternatif : Pavé fromager

MERCREDI

Salade coleslaw
Jambon grillé sauce dijonnaise
Lentilles aux oignons
Petit suisse
Beignet au chocolat

Alternatif : Boulettes végétales

JEUDI

Betteraves
Orgeotto
orge perlé, petits pois, champignons
Fromage blanc
Cake à la pomme [de l'Étape Gourmande](#)
Pain aux graines de l'Étape Gourmande

VENDREDI

Salade verte
Blanquette de **colin label MSC** aux petits légumes
Semoule
Buche crémeuse du Mezenc **de chez Gérentes**
Compote BIO

Alternatif : Blanquette de légumes

MES SUGGESTIONS

RETOURS SUR LES MENUS

Qu'avez vous apprécié ou moins aimé ?
Et Pourquoi ?

du 9 au 15 janvier 2023

Vos Suggestions....

MES RETOURS

LUNDI

Salade de chou blanc
Filet de **colin label MSC** meunière
Epinards en béchamel [au lait de quincieu](#)
Saint Marcellin IGP [de Vercors Lait](#)
Galette des Rois
Alternatif : Oeuf dur

MARDI

Salade de pommes de terre & ciboulette
Sauté de Porc [de chez Carrel](#) aux poivrons
Beignets de brocolis
Yaourt
Kiwi [de l'Ardèche](#)
Alternatif : Lentilles à la dijonnaise

MERCREDI

Quiche Lorraine [de Rives](#)
Haut de cuisse de poulet **région du goût** au jus
Fondue de poireaux
Camembert
Compote BIO
Alternatif : Quiche au fromage, Pavé végétal

JEUDI

Velouté de **Potimarron BIO** de Jarcieu
Chili sin carne
Riz
Bournette du Vercors [de Vercors Lait](#)
Banane

VENREDI

Rillettes de **poisson label MSC**
Köttbullar *Boulettes de bœuf aux aïelles*
Purée de pommes de terre et navets
Fromage blanc **de chez Gérentes**
Pomme label HVE [de la Vallée du Rhône](#)
Pain nordique de l'Etape Gourmande *Alternatif : Oeuf dur, boulettes végétales*

MES SUGGESTIONS

RETOURS SUR LES MENUS

Qu'avez vous apprécié ou moins aimé ?
Et Pourquoi ?

du 16 au 22 janvier 2023

Vos Suggestions....

MES RETOURS

LUNDI

Betteraves
Filet de **poulet région du goût** au jus
Gratin de chou-fleur
[Yaourt du Léoncel BIO](#)
Gâteau nature BIO [aux pépites de chocolat](#)
Alternatif : Crêpe au champignons

MARDI

Taboulé
Pavé Fromager
Petits pois au jus
Petit suisse aux fruits
Clémentine

MERCREDI

Céleri en rémoulade
Petit **colin label MSC** à la sauce tomate
Haricots verts
Verchicors [de Vercors Lait](#)
Cake à la noisette [de l'Etape Gourmande](#)
Alternatif : Omelette

JEUDI

Crêpe au fromage
Daube de bœuf [régional](#) aux olives
Carottes HVE braisées de Denis Chardon
Bleu doux **de chez Gérentes**
Poire label HVE [de la Valloire](#)
Alternatif : Purée de pois cassés

VENDREDI

Salade Verte & [noix de Grenoble AOP BIO](#)
Croziflette **aux crozets de Savoie**
& sa charcuterie
Fromage blanc
Compote
Alternatif : Oeuf dur, Croziflette végétarienne

MES SUGGESTIONS

RETOURS SUR LES MENUS

Qu'avez vous apprécié ou moins aimé ?
Et Pourquoi ?

du 23 au 29 janvier 2023

Vos Suggestions....

MES RETOURS

LUNDI

Samoussas de légumes
Sauté de Porc [de chez Carrel](#) au Caramel
Nouilles chinoises
Fromage blanc
Litchis au sirop
Alternatif : Boulettes végétales

MARDI

Carottes râpées
Filet de **Merlu label MSC** sauce Nantua
Rösties
Tomme **de la Fruitière de Domessin**
Kiwi [de l'Ardèche](#)
Alternatif : Flan de légumes

MERCREDI

Houmous à tartiner
Quenelles [de Saint Jean](#) sauce Mornay
Flan de **potimarron BIO de Jarcieu**
Yaourt aux fruits
Pomme label HVE de la Vallée du Rhône

JEUDI

Salade de mâche
Tarte au fromage BIO
Jardinière de légumes
Yaourt [de chez Collet](#) à la châtaigne
Orange

VENDREDI

Salade Suisse aux dés de fromage
Riz Casimir
Riz, émincé de poulet, ananas
Rüblitorte *cake à la carotte*
Alternatif : Riz casimir végétal

MES SUGGESTIONS

MES RETOURS

LUNDI

Trio de lentilles
Falafels BIO à la tomate de Sassenage
Salsifis à la crème
Carré du Trièves [de la laiterie du MontAiguille](#)
Clémentine

MARDI

Soupe de betteraves
Saucisse au chou [de chez Carrel](#)
Coquillettes BIO
Brique de chèvre **de chez Gérentes**
Poire label HVE [de la Valloire](#)
Alternatif : Coquillettes BIO sauce lentilles corail

MERCREDI

Salade d'endives & croutons
Lasagnes
à la bolognaise
Oeuf à la neige
& sa crème anglaise
Alternatif : Lasagnes de légumes

JEUDI

Salade Auvergnate
Galette de sarrasin
et sa garniture
Yaourt
Crêpe au chocolat
Alternatif : Galette de Sarrasin et sa garniture végétale

VENDREDI

Salade de pâtes
Poisson label MSC sauce au citron
Haricots verts
Fromage blanc **d'Auvergne**
Cake à la Praline [de l'Etape Gourmande](#)
Alternatif : Pavé Fromager

MES SUGGESTIONS