

Menus thème 100 % du 8 au 14 juillet 2024

Menu **ALTERNATIF**

Lundi

Melon
Tagliatelles de **Saint Jean**
sauce aux **lentilles corail BIO**
Cake BIO à la Vanille de l'Etape Gourmande

Mardi

Taboulé
Filet de **merlu MSC** au curry
Ratatouille
Yaourt label HVE de Theys
Alternatif : Falafels de Sassenage

Mercredi

Chipolatas de **chez Carrel**
Crozets BIO à l'ail et à l'huile d'olive
Carré de l'Est
Compote HVE de la ferme des cerises
Alternatif : Pané à la tomate & mozzarella

Jeudi

Salade de perles légumières
Sauté de poulet **français**
Courgettes BIO au fromage d'Ardèche
Pêche HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Tortilla

Vendredi

Tomates cerises HVE de la Coccinelle
Daube de bœuf de **chez Carrel** à la Provençale
Riz BIO
Crème dessert
Alternatif : Quenelles à la sauce Provençale



Mercredi
c'est
0 GASPI

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Producteur de
Fraises, pêches,
pommes, céréales.



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.

Paul Arnaud - La Ferme des Cerises,
à Bougé-Chambalud en Isère.



En savoir plus... www.guillaud-traiteur.com



Menus thème 100 % du 15 au 21 juillet 2024

Menu 100 % **FEU D'ARTIFICE** ✦

Lundi
Bouquet de Pastèque
Sauté de veau de **chez Carrel** au jus
Beans détonants à la tomate
Yaourt nature BIO du Léoncel
Explosion de Pop corn
Alternatif : Aiguillettes blé carottes

Mardi
Salade de pommes de terre & ciboulette
Dés de **poisson MSC** pané aux céréales
Haricots verts BIO persillés
Nectarine HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Nugget's de blé

Mercredi

Tomate farcie **viande française**
Riz
Saint Marcellin BIO
Mousse au chocolat
Alternatif : Tomate farcie végétale

Jeudi

REPAS FROID
Carottes râpées BIO de la Drôme
Pâté en croûte français
Salade de pâtes Napoli
Compote de poires
Alternatif : Oeufs durs

Vendredi

Menu **ALTERNATIF**
Salade Marocaine
Quenelles BIO d'Ecochard à la sauce tomate & olives
Flan de **courgettes label HVE de Saint Prim**
Pêche label HVE de l'Isère
Pain au maïs de l'Etape Gourmande



ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Fabricant de pain,
pâtisseries salées et
sucrées.



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.

L'Etape Gourmande,
à La Côte-Saint-André en Isère.



Menus thème 100 % du 22 au 28 juillet 2024



Lundi

Salade verte HVE de Jarcieu
Steak haché BIO régional & Pommes noisettes
Fromage blanc de chez **Gérentes**
& miel de la ruche des miellines à Thodure
Alternatif : Galettes de légumes

Mardi

Taboulé BIO
Sauté de poulet français au citron et au thym
Chou-fleur en béchamel
Melon
Alternatif : Mini-quenelles sauce aurore

Mercredi

Salade de petits pois & lentilles
Filet de **poisson MSC** meunière
Ratatouille du Chef
Yaourt nature BIO
Alternatif : Pané au gouda

Jeudi

Menu 0 GASPI
Rougail saucisse français
Riz BIO
Buchette
Compote de pommes HVE de chez Paul Arnaud (38)
Alternatif : Rougail végétal

Vendredi

Menu froid ALTERNATIF
Pizza au fromage BIO de Rives
Salade de pépinettes aux petits légumes
Carottes à croquer & sa sauce au
fromage blanc & ciboulette
Gâteau au chocolat de l'Etape Gourmande



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.



ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Productrice de
miel d'acacia,
châtaignier,
lavande et de gelée
royale.

Pauline Girier - Les Miellines,
à Thodure en Isère.



Menus thème 100 % du 29 juillet au 4 août 2024

Spécial sport **BIKE & SKATE**

Le rôti de porc de chez Carrel au jus **slide**
sur la Purée de **pommes de terre HVE pif paf**
Faisselle à **table** de chez Collet

Le pop de la **Compote BIO**

Alternatif : Aiguillettes blé & carottes

Lundi



Menu autres sports **ALTERNATIF**

Demi Tomates cerises HVE (38) à la cuillère

Flip flap de lentilles

et **panaché** de légumes de **saison**

Mousse au **chocolat**

Mardi



Mercredi

Spécial sport **NAUTIQUE**

Nage de blanquette de poisson label MSC

Riz

Voile de **fromage blanc BIO**

Pêche HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Nage de blanquette de légumes

Jeudi



Spécial sport de **BALLES**

Envoyer une Pizza aux légumes du soleil de Rives

Balles de boulettes de bœuf de chez Carrel

& **drive** de gratin de **courgettes BIO** de la Drôme

Golden set de Pomme label HVE

Alternatif : Boulettes de sarrasin & lentilles

Vendredi



Spécial sport de **COMBATS**

Emincé de poulet **chassé** français au jus

et son **carquois** de **Haricots verts BIO**

Fromage **zone de tir** du Vercors

Lunette Sablé à la fraise de la biscuiterie Louvat

Alternatif : Crêpe au fromage



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.



Semaine
multi SPORTS
sans fusen
gachi

As-tu
trouvé
à quel
sport
appartient
les
termes en
orange ?

Encourageons nos sportifs
du 26 juillet au 11 août
et du 28 août au 8 septembre.



Menus thème 100 % du 5 au 11 août 2024

Menu **ALTERNATIF**

Chili sin carné
Riz

Lundi

Carré du Trièves BIO de la laiterie du Mont Aiguille
Melon

Taboulé
Filet de colin label MSC à la sauce crème
Ratatouille du Chef

Mardi

Yaourt à la myrtille de chez Collet
Alternatif : Lentilles sauce à la crème

Betteraves BIO

Sauté de porc de chez Carrel aux noix
Nouilles chinoises aux légumes
Oeuf à la neige
& Crème anglaise

Mercredi

Alternatif : Boulettes de blé thaï

Salade Napoli
Cordon bleu

Jeudi

Epinards BIO en béchamel
Pêche label HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Pané au gouda

Menu 100% **LOCAL**

Salade verte HVE de Jarcieu
Tagliatelles de chez Saint Jean
à la sauce **bolognaise française BIO**
Crème au chocolat de la laiterie du Mont Aiguille

Alternatif : Tagliatelles à la sauce aux petits pois & légumes

Vendredi



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.



ZOOM sur nos partenaires LOCAUX

Producteur de
fromages, lait,
yaourt, crèmes
desserts...



Laiterie du Mont Aiguille,
à Clelles en Isère.

En savoir plus... www.guillaud-traiteur.com



Menus thème 100 % du 12 au 18 août 2024

Lundi

Radis & beurre
Daube **régionale** à la Provençale
Tortis BIO
Fromage blanc à la vanille
Alternatif : Tortis à la sauce lentilles corail

Mardi

Menu ALTERNATIF
Salade de petits pois & lentilles
Quenelles BIO à la sauce tomate & olives
Flan de **courgettes** label HVE de Saint Prim
Raisin

Mercredi

Salade de **crozets BIO**
Jambon braisé **français** au jus
Brocolis à la béchamel
Nectarine label HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Feuilleté au fromage



Je peux être blanche, jaune ou à chair sanguine.
Je suis **fragile** et doit être consommée rapidement.
Riche en eau et **peu calorique** je fais partie des meilleurs fruits à consommer en été.
Mes cousins et cousines sont le **Brugnon et la Pêche**.
Idées recette : en tarte, tiramisu ou grillée avec du miel au barbecue et des noisettes. J'accompagne aussi le poulet et le canard.

Vendredi

Menu 100% PLAISIR
Tomates cerises label HVE de l'Isère
Haut de cuisse de poulet **français** aux herbes
Pommes noisettes
Yaourt BIO
Alternatif : Pavé maraîcher



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.



Mangez des
NECTARINES
c'est la
saison !

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Regroupement de
producteurs
Fraises, Pêches,
Pommes, Poires...



Menus thème 100 % du 19 au 25 août 2024

Menu **ALTERNATIF**

Lundi

Pavé fromager
Petits pois
Bleu doux **de chez Gérentes**
Compote BIO

Mardi

Betteraves BIO
Filet de colin label **MSC** aux crustacés
Chou-fleur persillé
Beignet au chocolat
Alternatif : Tortilla

Mercredi

Salade verte label HVE
Tagliatelles **de Saint Jean**
à la sauce carbonara **viande française**
Liégeois à la vanille
Alternatif : Tagliatelles sauce aux lentilles corail

Jeudi

Salade de pépinettes
Sauté de poulet **français** aux herbes
Ratatouille **du Chef**
Fromage blanc aux fruits
Alternatif : Tarte au fromage

Vendredi

Salade de **pommes de terre HVE de Gillonnay** mimosa
Bœuf **de chez Carrel** braisé
Carottes BIO de Parnans au jus
Salade de fruits
Alternatif : Falafels de Sassenage

Menu 100% **LOCAL**



ZOOM
sur nos
salades du
Chef!

Un large choix de
recettes toujours
plus locales!



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.

Salades légumes, féculents,
crudités ou cuitités.

En savoir plus... www.guillaud-traiteur.com



Menus thème 100 % du 26 août au 1er septembre 2024

Lundi

Taboulé
Filet de poisson label MSC meunière
Haricots verts BIO
Poire label HVE de Moras en Valloire (26)
Alternatif : Pané à la tomate & mozzarella

Menu **ALTERNATIF**

Mardi

Salade verte HVE de chez Baptiste Lemoine
Raviolis BIO aux tomates confites de Saint Jean
sauce à la crème
Compote label HVE de la Vallée du Rhône
Pain aux herbes de l'Étape Gourmande

Mercredi

Rôti de porc de chez Carrel à l'échalote
Petits pois au jus
Camembert BIO
Fruit
Alternatif : Galettes de légumes

Jeudi

Salade de pommes de terre & ciboulette
Sauté de poulet français au thym
Courgettes BIO de la Drôme au fromage d'Ardèche
Yaourt nature de chez Collet
Alternatif : Mini-quenelles à la sauce tomate

Menu 100% **RENTRÉE**

Vendredi

Pastèque
Steak haché au jus de notre région
Purée de **pommes de terre BIO**
Oeuf à la neige &
Crème anglaise
Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne 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.



Menu
plaisir 100 %
RENTRÉE

Nous vous
souhaitons
une belle
année
scolaire !

Bon appétit à tous nos amis
pour plus de plaisir et de diététique.

