

Menus thème 100 % du 8 au 14 janvier 2024

Menu **ALTERNATIF**

Lundi

Couscous de légumes
& **Semoule BIO**
Fromage blanc nature
Clémentine

Mardi

Coleslaw
Nugget's de poulet français
Pommes noisettes
Crème dessert à la vanille
Alternatif : Nugget's de blé

Pendant l'**EPIPHANIE**, les Romains célébraient les Saturnales en référence au roi Saturne où tous les hommes étaient égaux et heureux : **plus de maître, plus d'esclaves** ! On partageait un gâteau avec une **fève** pour élire le roi d'un jour où tout était permis.



Jeudi

Menu 100% **ROIS & REINES**

Macédoine
Merlu label MSC sauce citron
Petits pois BIO
Galette des rois
Alternatif : Crêpe au fromage



Menu 100% **BIO**

Vendredi

Coquillettes BIO à la bolognaise BIO
Egréné de boeuf régional
Carré du Trièves BIO
Pomme Juliet BIO de la Coccinelle
Alternatif : Coquillettes sauce lentilles



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



Menus 100 % Epiphanie & BIO

ZOOM

sur nos

partenaires

LOCAUX

Producteur de
fraise, tomate,
noix, concombre,
framboise, pomme.



LA COCCINELLE

à Ville-sous-Anjou dans l'Isère.



Menus thème 100 % du 15 au 21 janvier 2024



Lundi

Salade de **pommes de terre HVE (38)** mimosa
Filet de **colin label MSC** sauce curry
Haricots verts BIO
Poire label HVE de la Valloire
Alternatif : Brioche tomate & basilic

Menu **ALTERNATIF**

Mardi

Velouté de lentilles au cumin
Raviolis emmental basilic BIO de Saint Jean
à la sauce tomate
Fromage blanc nature
Clémentine

Menu
100 %
LOCAL

Je consomme **LOCAL**, pour manger des produits
frais de saison : je profite ainsi du savoir faire
des producteurs de ma région en préservant
l'environnement tout en limitant mon empreinte
carbone. **MERCI POUR LA PLANÈTE !**



Jeudi

Menu 100% LOCAL
Sauté de porc de chez Carrel au jus
Potimarron BIO de Jarcieu en béchamel
Saint Marcellin IGP des fromagers de Saint Colombe
Cake à la poire de l'Etape Gourmande
Alternatif : Pavé végétal

Vendredi

Salade verte label HVE de chez Baptiste Lemoine
Haut de cuisse de poulet région du goût au thym
Riz safrané BIO
Compote de **pommes HVE** de chez Luc Armanet
Alternatif : Mini-quenelles sauce blanche

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Producteur de
salade plein champ,
potimarron,
chou-fleur,
épinards, mâche,
tomate, melon,
fraises, pastèque.



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne
et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)

Les Jardins de Champagne, Baptiste Lemoine,
à Jarcieu dans l'Isère.



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



Menus thème 100 % du 22 au 28 janvier 2024

Menu **ALTERNATIF**

Lundi

Salade Vénitienne
Rigolo au fromage de Rives
Epinards BIO en béchamel
Kiwi label HVE de la Drôme

Menu 100% **MONTAGNE**

Mardi

Salade de Chou kouki
Tartiflette **recette traditionnelle**
Gâteau au chocolat & aux noix **Gourmand**
Alternatif : Tartiflette végétale

Les **ALPES**, sont une jeune chaîne de montagne de 100 millions d'années formée par plissement entre le rapprochement tectonique des plaques entre l'Afrique et l'Europe. **Préserve sa faune et sa flore et ne jette pas tes déchets !**



Jeudi

Taboulé
Filet de **poisson label MSC** meunière
Dés savoureux de **courgettes BIO** (26) à la tomate
Orange
Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes

Vendredi

Salade d'endives
Pennes BIO
à la carbonara viande française
Yaourt BIO du GAEC Lagrange à Léoncel (26)
Alternatif : Penne sauce lentilles corail

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



Menu
100 %
Montagne



Menus thème 100 % du 29 janvier au 4 février 2024

Lundi

Blanquette de **colin MSC** aux petits légumes
Riz BIO
Fromage blanc
Gâteau de Savoie de l'Étape Gourmande
Alternatif : Blanquette de légumes

Mardi

Sauté de porc de chez Carrel à la moutarde
Purée de navets et **pommes de terre HVE (38)**
Yaourt à la châtaigne de chez Collet
Orange BIO
Alternatif : Salade de pâtes, boulettes sarrasin lentilles

Charade de la **CHANDELEUR** :
Le maître ou la maîtresse écrivait avec mon premier
Mon second est le contraire de beaucoup
Mon tout se déguste à la Chandeleur !



Jeudi

Menu 0 gaspi, 100% LOCAL & **ALTERNATIF**

Carottes HVE râpées de chez Denis Chardon
Gratin de **crozets BIO** de chez Alpina Savoie
au **potimarron BIO** de chez Baptiste Lemoine
Compote de **pommes HVE** de chez Luc Armanet

Menu 100% **CHANDELEUR**

Vendredi

Filet de poulet français sauce au safran
Chou-fleur label HVE de Jarcieu
Petit suisse aux fruits
Crêpe sucrée pour la Chandeleur
Alternatif : Tarte au fromage

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne
et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



Menu
100 %
Chandeleur

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Producteur d'oeuf
plein air liquide,
BIO ou coquille.

L'OEUF DES COLLINES des Frères Deroux,
à Arthémonay dans la Drôme.



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



Menus thème 100 % du 5 au 11 février 2024



Menu 100 % BIO

Lundi

Menu **ALTERNATIF**

Salade verte label HVE de Jarcieu
Lasagnes
à la Ricotta et aux épinards
Compote

Mardi

Menu 100% **BIO & ALTERNATIF**

Betteraves BIO
Quenelles BIO aux petits légumes
Riz BIO
Pomme Juliet BIO de l'Isère

Dans une vie **biotiful**, je préserve les sols, les insectes, les animaux et les circuits courts. Je **composte**, je mange les **fruits avec la peau**, les animaux sont dehors et les insectes sont utiles aux cultures...**faites place à la nature !**



Jeudi

Coleslaw
Goulash de bœuf de chez Carrel
Semoule BIO
Cake aux pépites de chocolat **Gourmand**
Alternatif : Pois chiches à la sauce tomate

Vendredi

Saucisse du Nord Isère
Lentilles BIO à la dijonnaise
Bleu du Vercors Sassenage AOP
Kiwi label HVE de chez Savajols
Alternatif : Crêpe au fromage

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Avec le lait du
Vercors, fabrique
les bournettes,
raclette, meule,
vercorais,
St Marcellin,
St Félicien, le
bleu du Vercors
Sassenage...

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne
et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



Menus thème 100 % du 12 au 18 février 2024



Menu 100 % TRILOGIE

Nous vous
souhaitons
de Belles
Vacances
d'Hiver !

Lundi



2024

Menu 100% **NOUVEL AN CHINOIS**

Carottes BIO râpées
Boulettes de bœuf de chez Carrel au caramel
Nouilles chinoises aux petits légumes
Cake aux litchis de l'Étape Gourmande
Alternatif : Boulettes de blé

Menu 100% **MARDI GRAS**

Filet de poulet français au curry
Beignets de brocolis
Yaourt à la framboise de notre région
Beignet de chocolat spécial mardi gras
Alternatif : Pois chiches au curry



Pour **MARDIGRAS**, amusez-vous avec vos **SUPER POUVOIRS** pour combattre les méchants et défendre les plus faibles dans un **esprit de joie et de fraternité** ...Le **RESPECT** des règles et des êtres vivants est une valeur fondamentale !



Jeudi

Salade de lentilles aux petits légumes
Jambon braisé du Nord Isère
Potimarron BIO crémé
Poire label HVE de la valloire
Pain aux raisins de l'Étape Gourmande
Alternatif : Falafels de Sassenage

Menu **ALTERNATIF**

Salade verte label HVE de chez Baptiste Lemoine
Chili sin carné
Riz BIO
Fromage blanc

Vendredi

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



A vos appareils, partagez vos plus
belles photos des repas trilogie.

A envoyer à communication@guillaud-traiteur.com

