

## Mercredis de Mars et Avril 2022

2 mars 2022

### MENU CARNAVAL

#### Betteraves BIO

Emincé de dinde **régional** aux champignons

Riz créole

Beignet **de Carnaval**

*Alternatif : Pavé végétal*



6 avril 2022

Sauté de Poulet **régional** Basquaise

**Courgettes BIO** de Saint Prim

Camembert

Flan au caramel

*Alternatif : Pavé végétal*

9 mars 2022

Taboulé

Filet de Dinde **régionale** aux herbes

**Epinards BIO** à la béchamel au lait de Quincieu

Petit suisse aux fruits

*Alternatif : Oeuf dur*

13 avril 2022

Pizza au Fromage **de Rives**

**Haricots verts BIO** persillés

**Saint Marcellin IGP**

**Kiwi HVE** de St Prim

*Alternatif : oeuf dur mayonnaise*

16 mars 2022

Salade de pâtes aux 5 légumes

Filet de **poisson** meunière **label MSC**

Chou-fleur en béchamel au lait d'Isère

**Compote BIO**

*Alternatif : Pavé végétal*



23 mars 2022

Accras de morue

Rôti de porc **de chez Carrel** à la diable

**Lentilles BIO** au jus

Fromage blanc

*Alternatif : Falafels, Omelette*

30 mars 2022

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

Pommes de terre rissolées

**Petit suisse nature BIO**

Cocktail de fruits au sirop

*Alternatif : Pavé fromager*



Les **kiwis** sont cultivés à **Saint Prim en Isère**. Ils sont riches en **Vitamine C**





**MENU ALTERNATIF**

Boulettes végétales

**Haricots verts BIO & Pommes de terre (07)**

Tomme du Châtelard d'Eydoche (38)

**Pomme HVE** des Fruitiers Dauphinois



Les pommes sont issues d'exploitations à **Haute Valeur Environnementale** de notre région.

**MENU DE LIEUDIEU**

Salade de jeunes pousses

Calamars à la Romaine **sécial Mardi Gras**

**Epinards BIO** au lait d'Isère

Gâteau au chocolat de l'Etape Gourmande

*Alternatif : Pavé fromager*



Pommes de terre Mimosa

Filet de Lieu Noir **label MSC** sauce citron

**Carottes BIO** persillées de chez Nivon

Banane

*Alternatif : Beignet de fromage*



Filet de lieu noir **FRAIS**  
**label Pêche durable**



Boeuf de chez Carrel Bourguignon

**Semoule BIO**

Tomme du GAEC de Quincieu

Orange

*Alternatif : Mini quenelles de saint-Jean sauce tomate*



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

# MENUS DU 7 AU 13 MARS 2022



Salade de blé provençale  
 Saucisse **du Nord Isère**  
 Flan de **courgettes HVE** de Saint Prim  
**Pomme BIO** régionale  
*Alternatif : Saucisse végétale*



Les **kiwis** sont  
 cultivés à **Saint  
 Prim en Isère**.  
 Ils sont riches en  
**Vitamine C**



**MENU ALTERNATIF**  
**Ravolis aux légumes BIO**  
**de Saint Jean** sauce tomate  
 Bournette du Vercors de **Vercors lait**  
**Kiwi HVE** de chez Jury



## CHARETTE

Découvrez **la Mare  
 des Craquenots** :  
 rainette arboricole,  
 triton crêté et  
 la germandrée  
 d'eau.



## MENU DE CHARETTE

**Salade Verte BIO**

Spaghetti à la bolognaise  
 au boeuf **de chez Carrel**  
 Gruyère râpé  
 Compote **d'Anneyron**

*Alternatif : Spaghettis sauce lentilles corail*



Les **pommes de  
 la Vallée du  
 Rhône** sont  
 utilisées pour la  
 compote  
 d'Anneyron.

Blanquette de **colin label MSC**

**Brocolis BIO**

Fromage blanc nature  
 Orange

*Alternatif : Pavé végétal*





Salade Napoli  
Sauté de dinde **régional** sauce suprême  
**Haricots verts BIO** persillés  
**Poire HVE** des Fruitiers Dauphinois

*Alternatif : Omelette*

Lundi,  
C'est **PAIN** au  
**MAÏS** de l'Étape  
Gourmande

**MENU DE SAINT PRIM**



Boulettes de viandes **de chez Carrel** sauce tomate  
Riz aux **courgettes HVE** de Saint Prim  
**Beaufort AOP**

Ile Flottante

*Alternatif : Boulettes végétales*



**Saint Patrick** est le  
Saint patron  
Irlandais. **Le trèfle**  
est le **symbole du**  
**nationalisme** en  
Irlande.

**MENU DE LA SAINT PATRICK**



Salade de mâche  
Sauté de veau **régional** à la bière  
**Trio de céréales BIO**  
Cake Pommes & Noix de l'Étape Gourmande

*Alternatif : Chili sin carne*



La laiterie Collet  
utilise le **lait entier**  
**de montagne**  
pour réaliser son  
yaourt crémeux à  
la Châtaigne.

**MENU ALTERNATIF**



Salade de lentilles  
Mini quenelles **de Saint Jean** sauce crème  
Fondue de poireaux  
Yaourt à la châtaigne **de chez collet**

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



## MENU ALTERNATIF

Salade Marocaine  
Lasagnes  
de légumes

**Kiwi HVE** de Saint Prim

C'est l'équinoxe  
du printemps  
où la durée du  
jour = la durée  
de la nuit.

THÉO Margerit



## MENU D'ÉPINOUZE

Nuggets à base de filet de poulet  
Potatoes

**Yaourt BIO** du GAEC de la Grange

**Pomme BIO** de la Drôme

*Alternatif : Beignet de fromage*

Entrée - salade verte  
plat chaud - poulet et nugges  
dessert - crème dessert cranberries + Pomme  
Le moment au vent



## Recette du **Gâteau au citron BIO :**

Gâteau au Yaourt  
& jus de citron



Filet de **colin label MSC** au pesto  
Ratatouille

Tomme du Châtelard **d'Eydoche**

**Cake BIO** au citron de l'Étape Gourmande

*Alternatif : Pavé fromager*



Carottes râpées

Paëlla Garnie

au **riz BIO**

Fromage blanc d'Auvergne **label Montagne**

*Alternatif : Boulettes végétales, Riz aux légumes*

Le Soleil entre  
dans nos  
assiettes avec la  
**Paëlla au Riz  
BIO** coloré au  
Safran .



Haut de cuisse de poulet **régional** sauce chasseur

**Tagliatelles BIO** de Saint Jean

Tomme des Monts d'Auvergne **label Montagne**

Orange

*Alternatif : Tagliatelles sauce lentilles corail*

Les Pâtes **FRAÎCHES** de St Jean à Romans sont fabriquées avec des **oeufs frais PLEIN AIR** de la Drôme



**Pizza BIO** de Rives aux 3 fromages

Steak haché au jus de **chez Convivial**

**Carottes BIO** de Nivon à l'ail

Compote

*Alternatif : Pavé végétal*

Le steak haché de chez **Convivial** est issu de **Charolaises**.



**MENU ALTERNATIF**

Salade de Jeunes pousses & **Noix AOP Grenoble**

**Quenelles BIO** de Saint Jean à la crème

**Courgettes HVE** de St Prim ail et persil

Gâteau de Savoie de l'Étape Gourmande



Fiers Libres  
Amicaux Contents  
Heureux  
Enthousiastes  
Rigolos Ecoliers  
Super. Qui sommes nous ?

**MENU DE FLACHÈRES ET DE VÉNÉRIEU**

Compote pomme fraise

Yaourt nature

Gratin Dauphinois (**Pommes de terre BIO**)

Saucisse

*Alternatif : Saucisse végétale*



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



Filet de **Poisson label MSC** Meunière

**Carottes BIO** de la Drôme

**Bleu du Vercors AOP**

**Kiwi HVE** de Saint Prim

*Alternatif : Pavé Fromager*

Lundi,  
C'est **PAIN**  
aux  
**CÉRÉALES.**



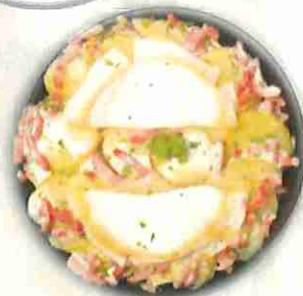
Salade de Chou Kouki

Tartiflette (**Pommes de terre BIO**)

& sa charcuterie

Compote

*Alternatif : Tartiflette végétale & saucisse végétale*



**LA TARTIFLETTE :**  
Gratin de pommes  
de terre, oignons,  
lardons gratinés au  
**reblochon de  
Savoie AOP.**



**MENU ALTERNATIF**

Concombre en vinaigrette

Oeuf dur

Epinards au lait de **Quincieu**

Gâteau au chocolat de **l'Etape Gourmande**

La **laiterie du  
Mont Aiguille** à  
Celles fabrique le  
carré du Trièves  
**label Ishere.**



Saute de boeuf **d'Isère viandes** aux oignons

**Coquillettes BIO**

**Carré du Trièves label Ishere** de Giralp

Orange

*Alternatif : Sauce lentilles corail*

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

# MENUS DU 11 AU 17 AVRIL 2022



Salade Pommes de terre Mimosa  
Sauté de Poulet **régional** sauce chasseur  
**Brocolis BIO** en Béchamel  
**Pomme label HVE** de la Vallée du Rhône

*Alternatif : Aiguillettes blé carotte panées*

*Bonnes  
Vacances*



Moules marinières  
**Tagliatelles BIO** de chez St Jean  
Goudoulet d'Auvergne **label Montagne**  
Compote

*Alternatif : Sauce lentilles corail*

**LE SAUCISSON** et  
**LES PRALINES** font  
partie des  
spécialités de la ville  
gastronomique de  
**Lyon.**

**GRATIN DES  
CHARTREUX** du  
Chef à base  
d'épinards et de  
champignons.



## MENU DE PORCIEU-AMBLAGNIEU



**Salade Verte BIO**  
Saucisson **LYONNAIS**  
Gratin des **CHARTREUX**  
Cake à la **PRALINE** de l'Étape Gourmande

*Alternatif : Saucisse végétale*



## MENU ALTERNATIF

Concombre en vinaigrette  
Chili Sin Carné  
**Riz BIO**  
Yaourt nature

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



# Mercredis de Mars et Avril 2022

2 mars 2022

## MENU CARNAVAL

### Betteraves BIO

Emincé de dinde **régional** aux champignons

Riz créole

Beignet de Carnaval

*Alternatif : Pavé végétal*



6 avril 2022

Sauté de Poulet **régional** Basquaise

**Courgettes BIO** de Saint Prim

Camembert

Flan au caramel

*Alternatif : Pavé végétal*

9 mars 2022

Taboulé

Filet de Dinde **régionale** aux herbes

**Epinards BIO** à la béchamel au lait de Quincieu

Petit suisse aux fruits

*Alternatif : Oeuf dur*

13 avril 2022

Pizza au Fromage **de Rives**

**Haricots verts BIO** persillés

**Saint Marcellin IGP**

**Kiwi HVE de St Prim**

*Alternatif : oeuf dur mayonnaise*

16 mars 2022

Salade de pâtes aux 5 légumes

Filet de **poisson** meunière **label MSC**

Chou-fleur en béchamel au lait d'Isère

### Compote BIO

*Alternatif : Pavé végétal*



23 mars 2022

Accras de morue

Rôti de porc **de chez Carrel** à la diable

**Lentilles BIO** au jus

Fromage blanc

*Alternatif : Falafels, Omelette*

30 mars 2022

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

Pommes de terre rissolées

**Petit suisse nature BIO**

Cocktail de fruits au sirop

*Alternatif : Pavé fromager*



Les **kiwis** sont cultivés à **Saint Prim en Isère**.

Ils sont riches en **Vitamine C**



