



## 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*



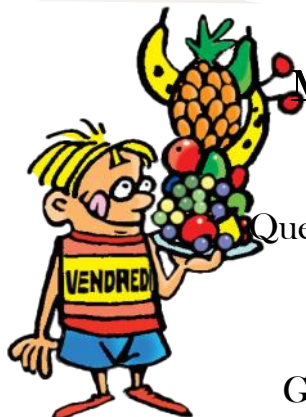
Carottes râpées  
**Steak haché label** de chez Convivial  
Purée de Pommes de terre d'Ardèche  
Tomme d'Auvergne **label Montagne**  
Melon  
*Alternatif : Pavé végétal*



**MENU DE MONTFERRAT**

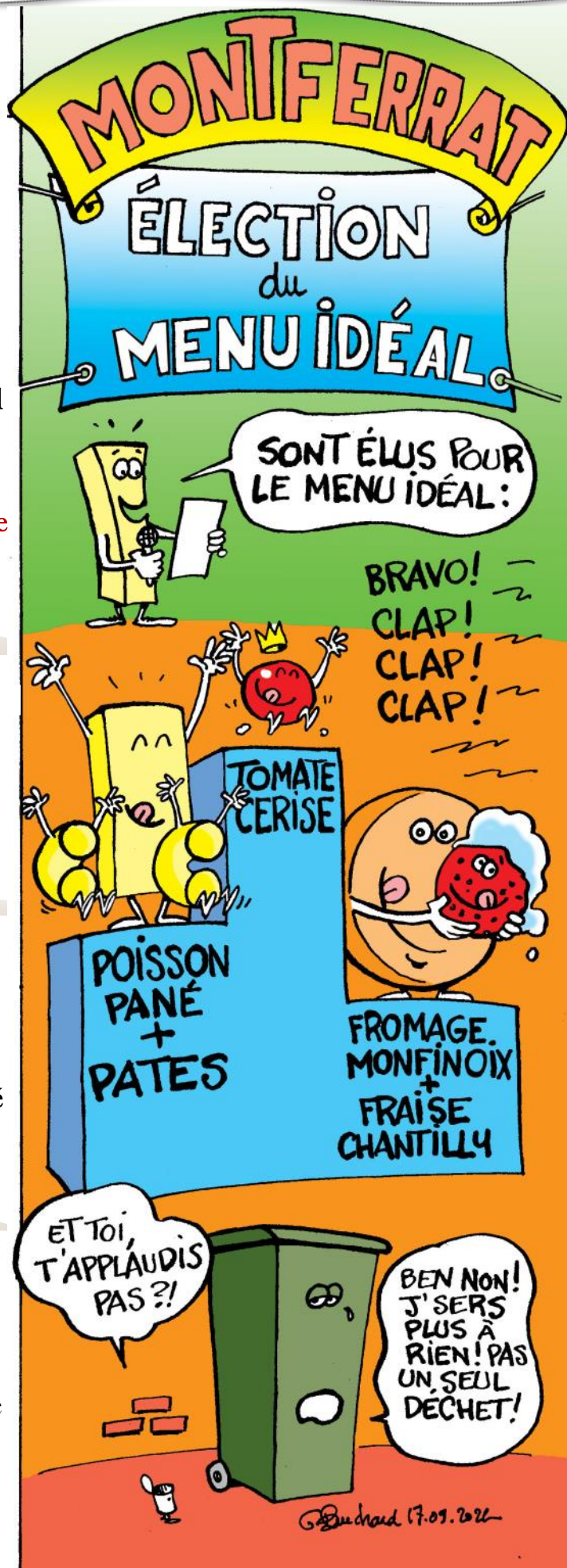


Tomates cerises  
**Poisson label MSC** pané  
Coquillettes  
Monfinoix de la fromagerie Beaudé  
Fraises à la Chantilly  
*Alternatif : Pavé fromager*



**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



## 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

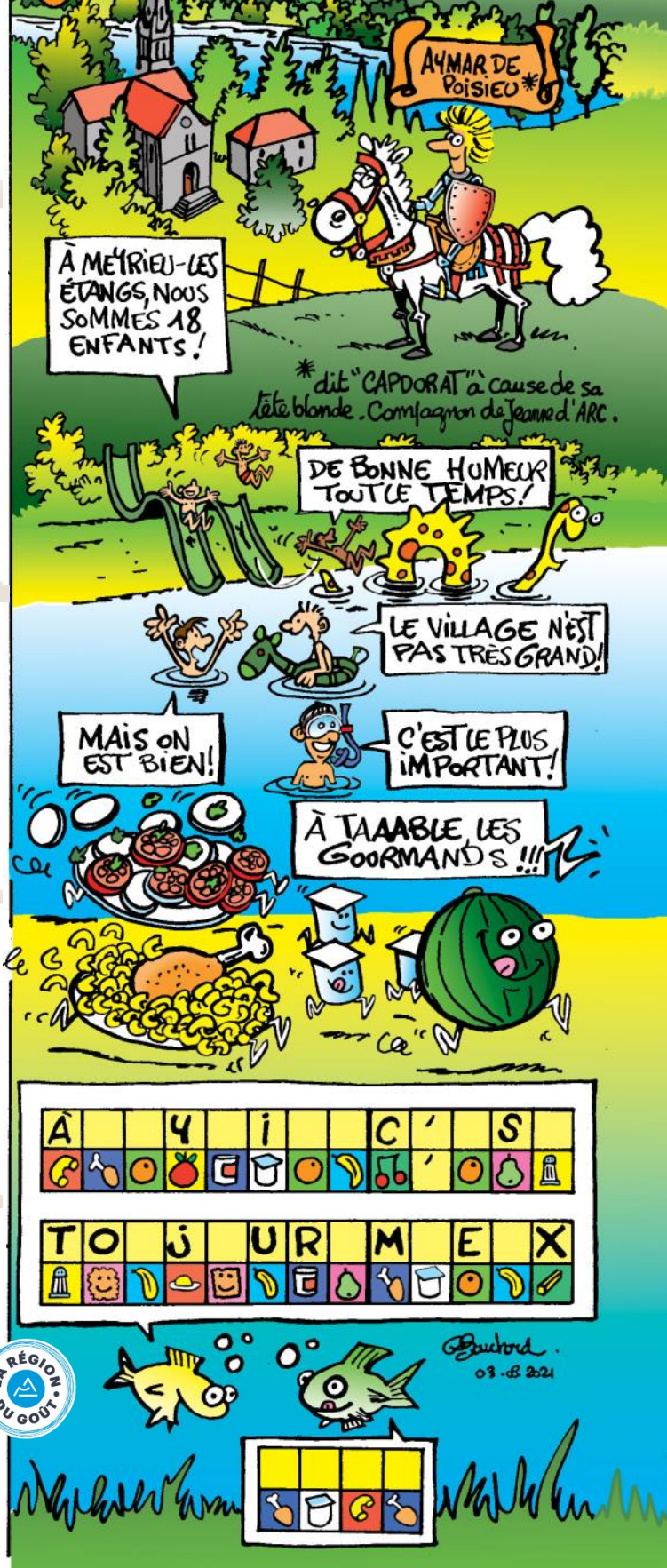
Petit Suisse

Pastèque

Alternatif : Emincé végétal à la Provençale



# MEYRIEU-LES-ÉTANGS



AYMAR DE POISIEU \*

À MEYRIEU-LES-ÉTANGS, NOUS SOMMES 18 ENFANTS!

\* dit "CAPDORAT" à cause de sa tête blonde. Compagnon de Jeanne d'ARC.

DE BONNE HUMEUR TOUT LE TEMPS!

LE VILLAGE N'EST PAS TRÈS GRAND!

MAIS ON EST BIEN!

C'EST LE PLUS IMPORTANT!

À TABLE LES GOURMANDS !!!

A		Y	I	C	S	
T	J	U	R	M	E	X



Buchard  
03.82.221

--	--	--	--



## 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

