

LUNDI

MARDI
Menu Alternatif

MERCREDI

C'est Paëlla

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

Midi



Pizza aux légumes de **Rives** ⁽³⁸⁾

Filet de **poisson MSC** nantua

Haricots verts **ail & persil**

Carré du Trièves label Ishere ⁽³⁸⁾

Poire au sirop

Alternatif : Gnocchis sauce tomate

Macédoine **persillée**

Raviolis au fromage

à la sauce tomate

Yaourt

Compote à la banane

Salade d'endives ⁽³⁸⁾

Paëlla à la volaille

viande française

Carré de l'Est

Fruit

Alternatif : Paëlla végétale

Salade verte

Palette de porc ⁽³⁸⁾ à la diable

Gratin de **potimarron BIO** ⁽³⁸⁾

Fromage

Cake à la myrtille **Gourmand** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Curry de pois chiches

Salade de crozets ⁽⁷³⁾ & **ciboulette**

Sauté de veau ⁽³⁸⁾ aux olives

Ratatouille

Fromage

Ille flottante

Alternatif : Feuilleté au fromage

Betteraves

Brandade de **poisson label MSC**

Fromage blanc aux fruits

Fruit

Alternatif : Hachis parmentier végétal

Céleri en rémoulade

Cuisse de pintade **française** à la bière

Lentilles de Thodure ⁽³⁸⁾ aux **oignons**

Fromage

Tarte au citron **gourmande** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Omelette

LUNDI
Menu Tradition

MARDI
Menu Alsacien

MERCREDI

JEUDI
Menu montagnard

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

Midi

Emincés de poireaux en vinaigrette
Blanquette de volaille française
Riz
Bleu doux de chez Gérentes (43)
Pommes au four
Alternatif : Rougail aux haricots

Carottes HVE (38) râpées
Choucroute aux baies de genièvre
et sa charcuterie française
Fromage blanc
Compote de poire
Alternatif : Pavé végétal, Chou et pommes de terre



Salade Napoli ail & persil
Haut de cuisse de poulet français aux herbes
Gratin de navets
Saint Marcellin IGP (38)
Crème au chocolat
Alternatif : Flageolets verts en persillade

Salade verte
Tartiflette
traditionnelle
Yaourt nature
Fruit
Alternatif : Tartiflette végétale

Friand au fromage
Poisson label MSC meunière
Brocolis en béchamel
Meule de Savoie (73)
Cake à la poire gourmand (38)
Alternatif : Pavé végétal

Salade pommes de terre & ciboulette
Poisson MSC à l'oseille
Gratin de **potimarron BIO** (38)
Faisselle
Fruit
Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

Flan de légumes
Bœuf (38) bourguignon
Tagliatelles de **Saint Jean** (26)
Fromage
Crème renversée au Grand Marnier
Alternatif : Tagliatelles sauce aux lentilles corail

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI
Menu spécial Beaujolais !

DIMANCHE

Poire au vin

Légumes d'Antan & Herbes Aromatiques

MENUS du 17 au 23 novembre 2025

On fête le Beaujolais Nouveau !

Midi

Salade de perles légumières

Colin label MSC sauce à l'aneth

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ braisées

Camembert

Mousse à la crème de marrons

Alternatif : Lentilles à la dijonnaise



Jambon blanc français

Mini quenelles à la tomate & olives

Riz aux légumes

Yaourt vanille **des 3 Hameaux** ⁽³⁸⁾

Ananas au sirop

Alternatif : Oeufs durs en mayonnaise

Pizza au fromage **de Rives** ⁽³⁸⁾

Emincé de bœuf ⁽³⁸⁾ à la Provençale

Gratin de chou-fleur **HVE** ⁽²⁶⁾

Brique de l'Auvergne ⁽⁴³⁾

Fruit

Alternatif : Pavé végétal

Champignons à la grecque

«ail, persil, coriandre»

Rougail saucisse française

Semoule

Yaourt & Fruit

Alternatif : Rougail aux haricots

Salade de pommes de terre ⁽³⁸⁾

Poisson MSC vapeur & citron

Epinards en béchamel

Fromage blanc

Cake aux pralines **gourmand** ⁽³⁸⁾

Alternatif Oeufs durs

Salade verte

Saucisson Lyonnais ⁽⁶⁹⁾

Pommes de terre ⁽³⁸⁾ & Cervelle de canuts

Yaourt nature

Poire au vin & épices

Alternatif : Hachis parmentier végétal

Salade de crozets ⁽⁷³⁾ persil & ciboulette

Filet de truite aux amandes

Gratin de poireaux

Fromage

Tartelette au chocolat **gourmande** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Mini quenelles sauce blanche

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Cuisine autour du Boudin !

SAMEDI

DIMANCHE

Menu S'aveurs d'Automne

Châtaigne

Midi

Brocolis en vinaigrette
Filet de **poisson MSC** sauce citron
Riz
Petit suisse
Poire au sirop
Alternatif : Rougail aux haricots



Taboulé **ail & persil**
Boulettes de bœuf **aux épices**
Chou-fleur HVE ⁽²⁶⁾ béchamel
Tomme blanche
Compote de pommes
Alternatif : Mini quenelles sauce aurore

Salade d'endives ⁽³⁸⁾
Poisson label MSC meunière
Flageolets **ail & persil**
Yaourt nature
Cookie
Alternatif : Pavé végétal

Terrine de légumes
Saucisson Lyonnais ⁽⁶⁹⁾
Gratin de **potimarron BIO** ⁽³⁸⁾
Saint Marcellin IGP ⁽³⁸⁾
Fruit
Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

Salade verte
Boudin noir **français** aux pommes
Purée de **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾
Fromage blanc
Cake à la poire **gourmand** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Hachis parmentier végétal

Sardines label MSC
Mini-quenelles sauce blanche
Carottes HVE ⁽³⁸⁾ à la crème d'ail
Yaourt
Fruit
Alternatif : Oeufs durs mayonnaise

Emincés de poireaux en vinaigrette
Sauté de volaille **française** **aux châtaignes**
Gratin dauphinois **du Chef**
Fromage
Paris Brest Gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Fèves aux châtaignes

LUNDI

MARDI

Menu Cantonais

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

La moutarde

Midi

Salade de **chou-fleur HVE** ⁽³⁸⁾

Moules marinières **échalotte, ail & persil**

Tagliatelles **de Saint Jean** ⁽²⁶⁾

Petit suisse

Compote de coings

Alternatif : Tagliatelles sauce lentilles corail

Samoussas de légumes

Sauté de porc ⁽³⁸⁾ au caramel

Riz cantonais

Carré du Trièves label Ishere ⁽³⁸⁾

Litchis au sirop

Alternatif : Boulettes de blé

Roulé au fromage

Epinards à la florentine

Yaourt au citron **des 3 Hameaux** ⁽³⁸⁾

Crème dessert au caramel

Salade verte

Sauté de poulet **français aux épices**

Ecrasé de **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾ & **patache douce**

Tomme de montagnes ⁽⁴³⁾

Cake à l'ananas **gourmand** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Fèves aux épices

Salade de lentilles **de Thodure** ⁽³⁸⁾

Filet de **poisson MSC** meunière

Potimarron BIO ⁽²⁶⁾ en béchamel

Yaourt

Fruit

Alternatif : Pavé végétal

Mâche

Petit salé **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾

aux lentilles **de Thodure** ⁽³⁸⁾

Fromage blanc

Fruit

Alternatif : Tortilla, lentilles aux oignons

Salade **pommes de terre & ciboulette**

Filet de **poisson MSC** aux crevettes

Flan de légumes

Fromage

Tarte aux fruits gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Haricots blancs à la tomate

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

Midi



Rosette
Quenelles sauce aurore
Riz
Faisselle
Mousse à la crème de marrons
Alternatif : Flan de légumes

Salade de pépinettes
Sauté de volaille française **aux noix**
Gratin de **potimarron BIO** ⁽³⁸⁾
Saint Marcellin IGP ⁽³⁸⁾
Compote de poires
Alternatif : Omelette

Tarte à l'oignon
Boudin blanc
Champignons à la crème
Yaourt à la châtaigne ⁽⁴²⁾
Fruit
Alternatif : Fèves au jus

Salade pommes de terre pêcheur
Calamars à la Romaine
Blettes à la Provençale
Tomme blanche **de Gérentes** ⁽⁴³⁾
Cake aux pépites de chocolat ⁽³⁸⁾
Alternatif : Salade piémontaise, beignets au fromage

Salade verte
Saucisse du **Nord Isère** ⁽³⁸⁾
Aligot du Chef
Yaourt nature
Fruit
Alternatif : Hachis parmentier végétal

Salade de lentilles **de Thodore** ⁽³⁸⁾
Endives
au jambon **français**
Fromage blanc
Fruits au sirop
Alternatif : Pavé végétal, endives braisées

Flan de **courge BIO** ⁽³⁸⁾
Blanquette de veau **française**
à l'ancienne et riz
Fromage
Chou au chocolat **gourmand** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

C'est cassoulet

DIMANCHE

Menu Légumes d'Hiver

©Courge butternut

Midi



Taboulé **ail & persil**

Duo de **poissons MSC** à la crème

Haricots beurre **en persillade**

Verchicors ⁽³⁸⁾

Compote à la banane

Alternatif : Mini-quenelles à la crème

Betteraves

Choucroute **aux baies de genièvre**
et sa charcuterie **française**

Fromage blanc

Poire au sirop

Alternatif : Pavé végétal, Chou & pommes de terre

Champignons à la grecque

«ail, persil, coriandre»

Filet de volaille **française** sauce

chasseur & gratin de crozets

Meule de Savoie ⁽⁷³⁾ & fruit

Alternatif : Croziflette végétale

Salade verte

Poisson label MSC meunière

Choux de Bruxelles au jus

Yaourt nature **des 3 Hameaux** ⁽³⁸⁾

Gâteau de Savoie **gourmand** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pané au gouda

Salade d'endives ⁽³⁸⁾

Blanquette de **colin MSC**

aux petits légumes & coquillettes

Tomme de Yenne ⁽⁷³⁾

Crème dessert

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

Mâche

Cassoulet

et sa charcuterie **française**

Yaourt

Fruit

Alternatif : Aiguillettes de blé carottes, haricots blancs à la tomate

Tarte **butternut BIO** au **comté AOP**

Pot au feu **viande française**

et ses légumes

Fromage

Entremet aux fruits rouges ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal, légumes pot au feu

LUNDI

MARDI

Spécial Cardons

MERCREDI

JEUDI

Menu de Noël

VENDREDI

SAMEDI

C'est raclette

DIMANCHE

Midi



Tarte au fromage **de Rives** ⁽³⁸⁾
Filet de **colin MSC** sauce **à l'aneth**
Carottes HVE ⁽³⁸⁾ en **persillade**
Petit suisse nature
Liégeois au chocolat
Alternatif : Curry de pois chiches

Salade de lentilles ⁽³⁸⁾ & **ciboulette**
Escalope de volaille **française**
Gratin de cardons
Fromage
Salade de fruits
Alternatif : Quenelles à la crème

Betteraves
Boulettes de bœuf ⁽³⁸⁾ au jus
Rösties
Fromage
Fruit
Alternatif : Tomate farcie végétale

Velouté **potimarron BIO** & **châtaignes**
Civet de sanglier **français**
Tagliatelles de Saint Jean ⁽²⁶⁾
Brillat Savarin
Bûche de noël gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Dahl de lentilles aux épices

Taboulé **ail & persil**
Aiguillettes de poulet **français** au citron
Poêlée de légumes
Faisselle
Fruit
Alternatif : Aiguillettes blé & carottes

Macédoine & **persil**
Charcuterie **française**
Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ & fromage à raclette
Yaourt aromatisé
Compote pomme
Alternatif : Pavé végétal

Emincés de poireaux en vinaigrette
Blanquette de **poisson MSC**
Riz
Fromage
Tarte au flan
Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois



Légumes d'Antan & Herbes Aromatiques
MENUS du 29 déc. au 4 janvier 2026

Midi



Filets de **maquereaux MSC**
Quenelles en sauce tomate
Flan de légumes
Fromage
Compote de poires
Alternatif : Oeufs durs

Carottes HVE (38) râpées
Spaghettis à la bolognaise
Egréné de boeuf de chez Carrel
Fromage blanc
Crème dessert à la vanille
Alternatif : Spaghettis aux lentilles corail

Salade pommes de terre & ciboulette
Sauté de poulet français au jus
Chou-fleur HVE (38) persillé
Fromage
Fruit
Alternatif : Croque chèvre-noix

Flan de légumes
Sauté de canard français à l'orange
Riz sauvage
Fromage
Meringue de chez Louvat (38)
Alternatif : Fèves aux légumes d'Antan

Salade vénitienne & persil
Saucisson à cuire (69)
Blettes à la béchamel
Yaourt
Fruit
Alternatif : Beignets de fromage

Terrine de légumes
Brandade de **poisson MSC**
Petit suisse
Compote à la banane
Alternatif : Hachis parmentier végétal

Feuilleté au chèvre
Sauté de lapin au cidre
Gratin de **courge BIO** (38)
Fromage
Eclair au chocolat
Alternatif : Orgeotto