

Midi



LUNDI

Salade de pépinettes
Poisson label MSC meunière
Gratin de **courgettes HVE** ⁽³⁸⁾
Yaourt
Poires au sirop
Alternatif : Pavé végétal

MARDI

Betteraves
Haut de cuisse de poulet français
sauce basquaise & semoule
Brique du Velay ⁽⁴³⁾
Pomme
Alternatif : Pois chiches basquaise

MERCREDI

Menu Alternatif

Salade pommes de terre
Pizza au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Haricots verts en persillade
Petit suisse
Mousse au chocolat

JEUDI

Salade verte
Sauté de bœuf ⁽³⁸⁾ au paprika
Riz
Buchette
Cake citron BIO Gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Rougail aux haricots

VENDREDI

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Jambon braisé français au madère
Purée de pommes de terre
Faisselle
Salade de fruits
Alternatif : Pané blé tomate mozzarella

SAMEDI

Salade Napoli
Rôti de volaille française au jus
Tomates à la Provençale
Fromage blanc
Compôte de coing
Alternatif : Haricots blancs à la crème

DIMANCHE

Chou-fleur mimosa
Poisson MSC en persillade
Polenta crémeuse
Fromage
Paris-Brest de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Dahl de lentilles



Midi

Salade de museau de bœuf
Quenelles ⁽⁶⁹⁾ aux olives
Brocolis *en persillade*
Yaourt nature
Compote à la fraise

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

Coleslaw
Blanquette de veau français
à l'ancienne & riz
Camembert
Crème à la vanille

Alternatif : Blanquette de légumes

Salade d'endives
Caldeirada
au **poisson label MSC**
Yaourt au citron *des 3 hameaux* ⁽³⁸⁾
Orange

Alternatif : Caldeirada végétale

Salade Napoli
Boudin noir français
Courge HVE ⁽³⁸⁾ en béchamel
Saint-Marcellin IGP ⁽⁷³⁾
Cake à la framboise *gourmand* ⁽³⁸⁾

Alternatif : Croisillon champignons

Céleri en rémoulade
Rôti de porc ⁽³⁸⁾ à la diable
Gratin dauphinois
Carré de l'Est
Pomme

Alternatif : Tomate farcie végétale

Salade pommes de terre pêcheur
Poisson MSC & citron
Gratin d'aubergines
Faisselle
Compote de poires

*Alternatif : Salade de pommes de terre ciboulette,
Boulettes sarrasin lentilles*

Salade de champignons *aux herbes*
Sauté d'agneau au jus
Flageolets *en persillade*
Fromage
Entremet au chocolat *Gourmand* ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal

LUNDI

MARDI
Spécial blanquette de Veau

MERCREDI
Menu Portugais

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE



LUNDI

Salade de lentilles
Poisson MSC en persillade
Gratin de **courgettes HVE** (38)
Fromage blanc
Pomme HVE (38)
Alternatif : Falafels

MARDI

Macédoine
Tomate farcie viande française
Riz
Tomme du Châtelard (38)
Ananas au sirop
Alternatif : Tomate farcie végétale

MERCREDI

Taboulé
Poisson MSC pané
Ratatouille
Yaourt nature
Cake aux noix gourmand (38)
Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

JEUDI

Salade verte
Chipolatas (38) aux herbes
Potatoes
Carré de l'Est
Compote
Alternatif : Merguez végétale

VENDREDI
Spécial couscous

Tomates cerises HVE (38)
Couscous boulettes (38)
Semoule
Petit suisse
Tarte au flan gourmande (38)
Alternatif : Couscous végétal

SAMEDI

Mâche
Jambon français sauce madère
Flageolets en persillade
Faisselle
Cake à la framboise (38)
Alternatif : Oeufs brouillés

DIMANCHE

Feuilleté du pêcheur
Poisson MSC sauce à l'aneth
Flan d'asperges
Fromage
Chou à la vanille gourmand (38)
Alternatif : Pavé végétal



Midi

LUNDI

Salade vénitienne
Sauté de poulet français au jus
Epinards en béchamel
Yaourt
Pomme HVE (38)

Alternatif : Pané blé tomate mozzarella

MARDI

Carottes HVE (38) râpées
Lasagnes à la bolognaise
viande française
Bleu doux de Gérentes (43)
Flan au caramel

Alternatif : Lasagnes de légumes

MERCREDI

Tarte au fromage de Rives (38)
Poisson MSC sauce citron
Haricots verts en persillade
Petit suisse
Fraises HVE (38)

Alternatif : Pizza au fromage

JEUDI

Sur un air d'Italie

Tomates cerises HVE (38)
Spaghettis à la carbonara
Viande française
Coulommiers
Compote de pommes

Alternatif : Spaghettis lentilles corail

VENDREDI

Salade de pommes de terre rosa
Boulettes de bœuf (38) aux oignons
Carottes HVE (38) en persillade
Yaourt à la vanille des 3 Hameaux (38)
Cake aux noix (38)

Alternatif : Curry de pois chiches

SAMEDI

Taboulé
Poisson MSC aux céréales
Fondue de poireaux
Fromage blanc
Compôte à la pêche

Alternatif : Pavé maraîcher

DIMANCHE

Spécial boudin

Fond d'artichaut en vinaigrette
Boudin noir français aux pommes
Purée de pommes de terre
Fromage
Crème renversée à la vanille (38)

Alternatif : Aiguillettes de blé



Midi

LUNDI

Salade de lentilles & ciboulette
Cordon bleu
Ratatouille
Fromage blanc
Poire au caramel
Alternatif : Pané au gouda

MARDI
Repas Froid

Tomates cerises HVE ⁽³⁸⁾
Pâté en croûte
Salade de pépinettes
Fromage
Cake pépites de chocolat ⁽³⁸⁾
Alternatif : Oeufs durs

MERCREDI

Roulé au fromage de Rives ⁽³⁸⁾
Filet de **poisson MSC** aux épices
Chou-fleur ⁽²⁶⁾ en persillade
Yaourt
Pomme
Alternatif : Pavé végétal

JEUDI
Spécial Paëlla

Radis émincés au fromage blanc
Paëlla au poulet français
Fromage
Compôte à la banane
Alternatif : Paëlla aux légumes

VENDREDI

Salade de perles légumières
Poisson MSC meunière
Aubergines à la tomate
Faisselle
Fraises HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pavé fromager

SAMEDI

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Tajine de **poisson MSC**
et ses légumes
Petit suisse
Tarte au flan gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Semoule aux pois chiches, légumes tajine

DIMANCHE

Croisillons aux champignons
Navarin d'agneau
Choux de Bruxelles au jus
Fromage
Paris-Brest de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Aiguillettes de blé



LUNDI

Midi
Taboulé oriental
Boulettes de bœuf ⁽³⁸⁾ au poivre
Courgettes *en persillade*
Yaourt **BIO** ⁽²⁶⁾ du Vercors
Flan au caramel
Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

MARDI

Filets de **maquereaux MSC**
Raviolis BIO aux légumes du Soleil de Saint Jean ⁽²⁶⁾
sauce tomate
Meule de Savoie
Poire au sirop
Alternatif : Terrine de légumes

MERCREDI

Salade verte
Saucisson brioché ⁽⁶⁹⁾
Pommes de terre vapeur *en persillade*
Cervelle des Canuts
Compote à la banane
Alternatif : Pavé fromager

JEUDI

Salade de lentilles & ciboulette
Ragoût de **poisson MSC**
Tomme de Yenne
Fraises HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Ragoût végétal

VENDREDI

Fête des voisins

Salade verte
Haut de cuisse de poulet français
Riz
Yaourt au citron des 3 Hameaux ⁽³⁸⁾
Gâteau à la pomme gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pois chiches basquaise

SAMEDI

Pommes de terre mimosa
Filet de truite ⁽³⁸⁾ aux amandes
Tian de légumes
Fromage
Fruit
Alternatif : Pavé végétal

DIMANCHE

Spécial Fête des mères

Mâche
Cuisse de Canard français confite
Tomates à la Provençales
& Pommes duchessés
Fromage
Clafoutis aux cerises
Alternatif : Omelette



Midi

Salade de chou blanc
Sauté de bœuf ⁽³⁸⁾ à l'asiatique
Riz cantonais
Yaourt à la vanille des 3 Hameaux ⁽³⁸⁾
Ananas au sirop
Alternatif : Omelette

Salade de perles légumières
Poisson MSC meunière
Ratatouille
Camembert
Melon
Alternatif : Pavé blé tomate mozzarella

Tomates
Chipolatas ⁽³⁸⁾ aux herbes
Potatoes
Fromage
Compôte à la pêche
Alternatif : Merguez végétale

Roulé au fromage
Sauté de porc ⁽³⁸⁾ au miel
Haricots verts **en persillade**
Fromage blanc à la vanille
Cerises HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Tomates farcies végétale

Salade verte
Filet de volaille française au jus
Epinards en béchamel
Camembert
Cake framboise gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pavé tomates mozzarella

Salade de champignons **aux herbes**
Bœuf ⁽³⁸⁾ bourguignon
Tagliatelles de Saint Jean ⁽²⁶⁾
Yaourt BIO du Léoncel ⁽²⁶⁾
Fruits au sirop
Alternatif : Tagliatelles lentilles corail

Mâche
Cassoulet
et sa charcuterie française
Fromage
Tarte au citron gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pavé végétal, haricots blancs à la tomate

LUNDI

MARDI

MERCREDI
On sort à bicyclette

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE



Midi

LUNDI

Taboulé
Jambon français braisé au jus
Epinards en béchamel
Saint-Marcellin ⁽³⁸⁾
Compote pomme abricot
Alternatif : Oeufs durs

MARDI

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Tomate farcie viande française
Riz
Fromage blanc nature
Madeléine
Alternatif : Tomate farcie végétale

MERCREDI

Tomates
Filets de **maquereaux MSC**
Salade pommes de terre & ciboulette
Fromage
Pomme
Alternatif : Tortilla

JEUDI
Coupe du monde foot

Salade de lentilles & ciboulette
Colin label MSC sauce à l'oseille
Carottes HVE ⁽³⁸⁾ en persillade
Carré de l'Est
Cake à la banane gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pavé végétal

VENDREDI

Radis émincés au fromage blanc
Moules marinières
Pâtes
Yaourt à la vanille des 3 Hameaux ⁽³⁸⁾
Fraises HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Curry de pois chiches

SAMEDI
Menu Alternatif

Salade de cœur de blé Provençale
Omelette
Haricots verts ⁽³⁸⁾
Faisselle
Fruit

DIMANCHE

Mâche
Hachis parmentier
de canard français
Fromage
Chou au chocolat gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : Hachis parmentier végétal



Midi

LUNDI

Salade de riz
Gratin de **courgettes HVE** ⁽³⁸⁾
au **poisson MSC**
Yaourt nature
Poire au caramel
Alternatif : Pavé fromager

MARDI

Tomates
Boulettes de bœuf ⁽³⁸⁾ au poivre
Petits pois au jus
Brique de l'Auvergne ⁽⁴³⁾
Compote de pommes
Alternatif : Aiguillettes de blé

MERCREDI

Sardines label MSC
Croque au fromage
Ratatouille
Fromage blanc
Pêche
Alternatif : Terrine de légumes

JEUDI

Salade verte
Paëlla au poulet français
Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾
Eclair à la vanille
Alternatif : Paëlla aux légumes

VENDREDI

Salade de crozets de Savoie ⁽⁷⁴⁾
Sauté de porc ⁽³⁸⁾ à la dijonnaise
Purée de céleri
Bleu doux de l'Auvergne ⁽⁴³⁾
Cerises
Alternatif : Pois chiche à la moutarde

SAMEDI

Taboulé
Sauté de lapin à l'ail
Carottes HVE ⁽³⁸⁾ en persillade
Petit suisse
Fruit
Alternatif : Croisillons champignons

DIMANCHE
Spécial Fête des pères

Melon
Emincé de bœuf ⁽³⁸⁾ au jus
Pommes de terre grenailles
Fromage
Tarte aux fruits gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pavé tomate mozzarella



LUNDI

Midi

Concombre sauce fromage blanc
Filet de **colin MSC** à l'aigre douce
Riz à l'ananas
Yaourt à la framboise ⁽⁴²⁾
Meringue de chez Louvat ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pois chiches à l'aigre douce

MARDI

Cake à la carotte gourmand ⁽³⁸⁾
Haut de cuisse de poulet français
Courgettes HVE ⁽³⁸⁾ en persillade
Camembert
Pastèque
Alternatif : Pavé fromager

MERCREDI

Melon
Sauté de porc ⁽³⁸⁾ à l'abricot & romarin
Tortis
Yaourt nature des 3 Hameaux ⁽³⁸⁾
Pêche HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Lentilles abricot & romarin

JEUDI

Menu Alternatif

Salade verte de Gières ⁽³⁸⁾
Pizza aux légumes de Rives ⁽³⁸⁾
Salade de lentilles & ciboulette
Buchette
Abricot HVE ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Taboulé
Steak haché ⁽³⁸⁾ aux oignons
Haricots verts en persillade
Fromage blanc nature
Cake au caramel gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : boulettes sarrasin lentilles

SAMEDI

Salade pommes de terre mimosa
Poisson MSC meunière
Brocolis en persillade
Petit suisse
Compote
Alternatif : Pavé végétal

DIMANCHE

Coleslaw
Paupiette de veau français & moutarde
Tagliatelles de Saint Jean ⁽²⁶⁾
Fromage
Paris-Brest gourmand ⁽³⁸⁾
Alternatif : pois chiche sauce moutarde

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Menu Alternatif

SAMEDI

Départ du Tour de France

DIMANCHE

Midi

Gaspacho de tomates
Fideua au **poisson MSC**
Yaourt
Compote de fraises
Alternatif : Fideua végétale



Terrine de campagne ⁽³⁸⁾
Saucisse toscane ⁽³⁸⁾
Gratin de **courgettes HVE** ⁽³⁸⁾
Saint-Marcellin IGP ⁽³⁸⁾
Ananas au sirop
Alternatif : Terrine de légumes, boulettes végétales

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Sauté de volaille française au curry
Pâtes
Petit suisse
Abricot HVE ⁽³⁸⁾
Alternatif : Pois chiche au curry

Pastèque
Sauté de bœuf ⁽³⁸⁾ à la mexicaine
Pommes noisettes
Coulommiers
Cake nature **gourmand** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Rougail végétal

Macédoine
Quiche au fromage ⁽³⁸⁾
Salade Napoli
Fromage blanc
Cookie **gourmand** ⁽³⁸⁾

Salade de lentilles & ciboulette
Filet de **poisson MSC** sauce citron
Flan de légumes
Faisselle
Nectarine
Alternatif : Quenelles

Salade Niçoise
Paleron braisé ⁽³⁸⁾ au jus
Riz aux petits légumes
Fromage
Tarte au citron **gourmande** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Salade niçoise sans thon, blanquette de légumes