

### LUNDI

Menu Alternatif

Salade Napoli

Tortis 3 couleurs, maïs, vinaigrette, ail, persil.

Quenelles aux olives

**Brocolis BIO** en béchamel

Yaourt nature de la Laiterie Collet <sup>(42)</sup>



### MARDI

Blanquette de veau français de chez Beauvallet  
Riz

**Camembert BIO**

**Pomme HVE** de Ville-sous-Anjou <sup>(38)</sup>

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

### MERCREDI

Rôti de porc de chez Carrel <sup>(38)</sup> à la diable

Purée de pommes de terre

**Saint Marcellin BIO** de chez Vercors Lait <sup>(38)</sup>

Purée de **pommes HVE** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Hachis parmentier végétal



**Herbes  
de Provence**  
romarin, origan,  
Sariette, Thym.

### JEUDI

Menu aux herbes du Sud

Salade verte de Gières <sup>(38)</sup>

Caldeirada au thym

Poisson MSC, pommes de terre, carottes et courgettes HVE

**Cake BIO au citron** de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Caldeirada végétale

### VENDREDI

Salade d'endives de Saint-Hilaire-la-Côte <sup>(38)</sup>

Sauté de volaille française au jus

**Pennes BIO**

Crème dessert

Alternatif : Penne BIO sauce lentilles corail

## LUNDI

Couscous aux boulettes de bœuf de chez Carrel <sup>(38)</sup>

Semoule

Fromage blanc nature

**Pomme BIO** de chez la Coccinelle <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Couscous aux pois chiches*

## MARDI



Salade de pommes de terre & ciboulette

Nugget's de poulet français

Gratin de **courgettes BIO** d'Agnin <sup>(38)</sup>

Ananas au sirop

*Alternatif : Nugget's de blé*

## MERCREDI

Menu plein air

**Tomates cerises HVE** de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Pain hot dog & saucisse française

Potatoes

Tomme du Châtelard <sup>(38)</sup>

**Compote BIO**

*Alternatif : Merguez végétale*

La **ciboulette** a  
des notes **anisées**,  
**épicées** ou **poivrées**.  
Elle **parfume** les  
**entrées** et les  
**plats chauds**.

## JEUDI

Filet de poisson label **MSC** à l'ail & au persil

Ratatouille

**Saint Marcellin BIO** de Vercors Lait <sup>(38)</sup>

Cake à la framboise de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Pavé végétal*

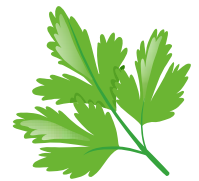
## VENDREDI

1er mai «Férial»



## LUNDI

Salade Vénitienne  
coquille, tomate, maïs, petit pois, vinaigrette, persil  
Sauté de poulet français au jus  
Epinards BIO en béchamel  
Pomme HVE de la Coccinelle <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Omelette



## MARDI

Carottes HVE de Saint Prim <sup>(38)</sup> râpées  
Lasagnes à la bolognaise  
viande française  
Flan au caramel  
Alternatif : Lasagnes de légumes

## MERCREDI

Tomates cerises HVE de la Coccinelle <sup>(38)</sup>  
Poisson label MSC sauce au citron  
Riz BIO  
Cake aux noix de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Curry de pois chiches

La saison  
de la **fraise**  
s'étend d'**avril** à  
**juin**, et jusqu'à  
l'**automne** pour les  
**remontantes.**

## JEUDI

Menu Alternatif

Salade de lentilles & ciboulette  
Tarte au fromage de Rives <sup>(38)</sup>  
Haricots verts BIO en persillade  
Fraises HVE des Fruitières Dauphinoises <sup>(38)</sup>

## VENDREDI

8 mai «Férial»



### LUNDI

Anniversaire de Guillette



Steak haché de chez Carrel <sup>(38)</sup> à la moutarde et au miel

**Carottes BIO** de Parnans <sup>(26)</sup> en persillade

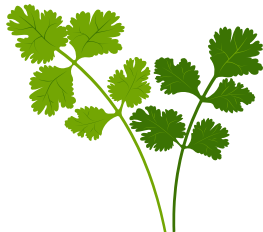
Fromage blanc de l'Auvergne <sup>(43)</sup>

Pain d'épices et miel de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles*

### MARDI

Repas Froid en plein air



**Tomates cerises HVE** de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Jambon blanc français

Salade de pépinettes

pépinettes, tomate, mayonnaise, vinaigrette, persil

Yaourt à boire

*Alternatif : Oeufs durs*

### MERCREDI

Menu Alternatif

Paëlla végétarienne

**Fromage blanc BIO nature**

**Fraises HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>

Les  
**abeilles** butinent  
et grâce à elles, on  
peut **manger**  
des **fruits** et des  
**légumes**.

### JEUDI

L'Ascension «Féié»



## LUNDI

Radis

Saucisson brioché de Lyon de chez Randy <sup>(69)</sup>

Pommes de terre vapeur en persillade

Yaourt BIO du Vercors <sup>(26)</sup>

Alternatif : Tomate farcie végétale

## MARDI



Boulettes de bœuf de chez Carrel <sup>(38)</sup> sauce au poivre

Haricots verts BIO en persillade

Meule de Savoie <sup>(73)</sup>

Cake aux pépites de chocolat gourmand <sup>(38)</sup>

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

## MERCREDI

Menu Journée Mondiale des Abeilles



Coleslaw

Haut de cuisse de poulet français

Riz BIO

Yaourt HVE label Ishere de Theys <sup>(38)</sup>

Miel de Thodure <sup>(38)</sup>

Alternatif : Lentilles à la Provençale

Consommer  
**local** c'est bon  
pour ma planète et  
pour ma région.

## JEUDI

Salade verte de Gières <sup>(38)</sup>

Ragoût de poisson label MSC

Yaourt à la châtaigne de chez Collet <sup>(42)</sup>

Alternatif : Ragoût végétal

## VENDREDI

Menu Alternatif et Local

Tomates cerises HVE de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Raviolis BIO aux légumes du Soleil de Saint Jean <sup>(26)</sup>

sauce tomate et herbes de Provence

Tomme de Yenne <sup>(73)</sup>

Fraises HVE de la Ferme des Cerises <sup>(38)</sup>

## LUNDI

Pentecôte «Férié»



## MARDI

Sauté de bœuf de chez Carrel <sup>(38)</sup> à l'asiatique

Riz BIO

Fromage blanc nature BIO

Melon

Alternatif : Pois chiches sauce à l'asiatique

## MERCREDI

Salade de perles légumières

Perles, légumes du soleil, vinaigrette, persil et ail.

Poisson MSC meunière

Ratatouille aux courgettes BIO <sup>(38)</sup>

Fruits au sirop

Alternatif : Pavé végétal

Le  
**Houmous**  
est une purée de  
**pois chiches** et de  
**tahini** agrémenté de  
**citron** et d'ail

## JEUDI

Menu Alternatif

Tomates cerises HVE de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Croque fromage

Haricots verts BIO en persillade

Gâteau à la pomme de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>



## VENDREDI

Menu Barbecue spécial Fête des Voisins

Houmous

Chipolatas de chez Carrel <sup>(38)</sup>

Potatoes

Fraises HVE des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>

Pain à la tomate de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Aiguillettes blé & carottes

## LUNDI

### Salade Vénitienne

coquille, tomate, maïs, petit pois, vinaigrette, persil

Jambon français braisé au jus

**Epinards BIO** en béchamel

Melon

*Alternatif : Feuilleté fromage*



## MARDI

**Carottes HVE** de Saint Prim <sup>(38)</sup> rapées

Tomate farcie

**Semoule BIO**

Fromage blanc de l'Auvergne <sup>(43)</sup>

*Alternatif : Tomate farcie végétale*

## MERCREDI

Menu Buddha Bowl JM du Vélo



**Tomates cerises HVE** de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Dés de poulet français

Salade de riz

Dés d'emmental

**Pomme BIO** de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Oeufs durs À couper et mettre dans ton buddha bowl.*

En juin, c'est  
la pleine saison des  
cerises. A déguster  
avec modération.

## JEUDI

Menu Alternatif

**Coquillettes BIO**

Sauce lentilles corail

Carré de l'Est

**Cerises HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>

## VENDREDI

Salade verte de Gières <sup>(38)</sup>

Filet de colin label MSC sauce à l'oseille

**Carottes BIO** de Parnans <sup>(26)</sup> en persillade

Cake à la framboise de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Tortilla*

## LUNDI

Boulettes de **bœuf BIO** de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
Petits pois au jus  
Brique de l'Auvergne <sup>(43)</sup>  
**Pêche HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Boulettes de blé*



## MARDI

**Tomates cerises HVE** de la Coccinelle <sup>(38)</sup>  
Bouchées de **poisson MSC** panées  
Gratin de **courgettes BIO** de Parnans <sup>(26)</sup>  
Crème dessert au chocolat  
*Alternatif : Beignets de fromage*

## MERCREDI

Radis  
Chipolatas de chez Carrel <sup>(38)</sup> au jus  
**Cœur de blé BIO** à la tomate  
Yaourt nature du Mottier <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Mini-quenelles sauce blanche*

Le retour des  
**pêches**, de  
juin à septembre.  
Un fruit riche en eau.

## JEUDI

Menu Alternatif spécial football

Concombre  
*Fair play du Croque fromage*  
**Epinards BIO** en béchamel *façon pelouse*  
Cake à la banane de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
Pain au maïs de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

## VENDREDI

Salade verte de Gières <sup>(38)</sup>  
Paëlla au poulet français  
et au **riz BIO**  
Crème chantilly  
**Fraises HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Paëlla végétarienne*

## LUNDI

Melon  
Sauté de porc de chez Carrel <sup>(38)</sup> à l'abricot & au romarin  
**Tortis BIO**  
Yaourt à la framboise de chez Collet <sup>(42)</sup>  
*Alternatif : Dahl de lentilles*



## MARDI

Cake à la carotte de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
Filet de colin label MSC sauce aigre douce  
**Riz BIO** à l'ananas  
Pastèque  
*Alternatif : Omelette*



## MERCREDI

Crêpe au fromage  
Poulet <sup>(26)</sup> aux herbes de Provence  
Ratatouille aux **courgettes BIO** <sup>(38)</sup>  
**Abricot HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Tortilla*



## JEUDI

Menu Alternatif

Pizza aux légumes de Rives <sup>(38)</sup>  
Salade de lentilles & ciboulette  
**Fromage blanc BIO**  
**Pêche HVE** de la Vallée du Rhône <sup>(38)</sup>



## VENDREDI

Taboulé  
semoule, tomate, poivron, oignon, jus de citron, ail, **persil**  
Steak haché de chez Carrel <sup>(38)</sup> sauce barbecue  
**Haricots verts BIO** en persillade  
**Cerises HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Pavé végétal*



## LUNDI

Menu Espagnol

Fideua au poisson label MSC  
avec des coquillettes BIO de Peaugres<sup>(07)</sup>  
Yaourt à la banane de chez Collet<sup>(42)</sup>  
Melon

Alternatif : Fideua végétale

## MARDI



Sauté de volaille française au curry  
Semoule BIO  
Saint-Marcellin BIO<sup>(38)</sup>  
Abricots HVE de la Vallée du Rhône<sup>(38)</sup>

Alternatif : Terrine de légumes, curry de petits pois

## MERCREDI

Pastèque  
Saucisse toscane de chez Carrel<sup>(38)</sup>  
Pâtes BIO de Peaugres<sup>(07)</sup>  
Yaourt HVE label Ishere de Theys

Alternatif : Tomate farcie végétale

Le  
**Gaspacho,**  
soupe froide à base  
de tomates, légumes  
crus et huile d'olive.

## JEUDI

Carottes HVE de Saint Prim<sup>(38)</sup> râpées  
Sauté de bœuf de chez Carrel<sup>(38)</sup> à la mexicaine  
Purée de pommes de terre  
Liégeois au chocolat

Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

## VENDREDI

Menu Alternatif fraîcheur

Quiche au fromage de Rives<sup>(38)</sup>  
Macédoine  
Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, moutarde, persil.  
Fromage blanc de chez Gérentes<sup>(43)</sup>  
Cake au caramel de l'Etape Gourmande<sup>(38)</sup>

## LUNDI

Salade de lentilles  
Chipolatas de chez Carrel <sup>(38)</sup> au jus  
**Courgettes BIO** d'Agnin <sup>(38)</sup> à la tomate  
**Brugnon HVE** de chez Savajols <sup>(26)</sup>

*Alternatif : Feuilleté au fromage*

## MARDI



Filet de poulet français sauce orientale  
Potatoes  
**Yaourt BIO** du Vercors <sup>(26)</sup>  
Melon

*Alternatif : Pavé végétal*

## MERCREDI

Pastèque  
Blanquette de poisson MSC  
**Haricots verts BIO** en persillade  
Crème dessert à la vanille

*Alternatif : Quenelles en sauce tomate*

**Récoltez,**  
les **herbes** d'été et  
faites les **sécher**, pour  
**parfumer** vos plats  
toute l'année .

## JEUDI

Menu Alternatif

Salade verte de Gières <sup>(38)</sup>  
Rougail aux haricots  
**Coquillettes BIO**  
Cake nature de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

## VENDREDI

Pique-nique de Fin d'Année

Jambon blanc français  
**Pizza BIO** au fromage de Rives <sup>(38)</sup>  
Chips  
Yaourt à boire  
**Abricot HVE** des Fruitiers Dauphinois <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Oeuf dur*