



Menu des Couleurs

du 10 au 16 mars 2025



Lundi

Menu Alternatif

Salade Napoli

Omelette au fromage

Epinards BIO en béchamel

Compote à la pomme & à la banane

Mardi

Sauté de poulet français à la basquaise

Riz

Carré du Trièves label Ishere du Mont Aiguille ⁽³⁸⁾

Pomme BIO de chez Serge Figuet ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pois chiches à la basquaise

Jeudi

Taboulé BIO du Chef !

Filet de poisson label MSC meunière

Chou-fleur en béchamel

Cake à la noisette de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal

Vendredi

Salade verte

Jambon braisé français à la moutarde

Coquillettes BIO

Fromage blanc de chez Gérentes ⁽⁴³⁾

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



Bon Appétit !





Menu des Couleurs

du 17 au 23 mars 2025



Lundi

Menu de la Saint Patrick



Salade de **pommes de terre BIO** ⁽⁰⁷⁾ & ciboulette

Sauté de porc **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ à l'Irlandaise

Carottes BIO au jus ⁽²⁶⁾

Kiwi HVE de chez Savajol ⁽²⁶⁾

Alternatif : Quenelles à la tomate

Mardi

Filet de **colin label MSC** à l'oseille

Semoule BIO

Tomme **de nos montagnes** ⁽⁴³⁾

Orange

Alternatif : Blanquette de légumes

Jeudi

Boulettes de bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ à la tomate

Pommes noisettes

Buchette

Purée de pommes HVE de la ferme des cerises ⁽³⁸⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale

Vendredi

Menu Marmotte **Alternatif**

Salade de lentilles

Quiche au fromage **de nos Alpes** ⁽³⁸⁾

Ratatouille

Cake au caramel d'Isigny **Gourmand** ⁽³⁸⁾

Pain aux céréales de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾



C'est le printemps, la marmotte sort d'hibernation, mais que va-t-elle manger ?

Un indice, je suis omnivore.

Comme la marmotte, chez Guillaud, nous avons fait des réserves de légumes pour tenir tout l'hiver ?

Notre ratatouille a été cuisinée avec les légumes de nos producteurs locaux.



Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être **modifiés** en fonction des approvisionnements. Toutes nos viandes sont d'origine **France et/ou locale** sous réserve d'approvisionnement. Les plats contiennent des **allergènes** majeurs : gluten, crustacés, oeuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, sulfites, lupin, mollusque.

La marmotte mange les écorces, les feuilles, les fleurs, les graines, les racines et les tubercules. Elles peuvent également consommer des lichens et des champignons. En cas de carences, elle mange aussi des insectes et des vers de terre.



Menu des Couleurs

du 24 au 30 mars 2025



Lundi

Moules marinières

Riz BIO

Yaourt à la châtaigne de chez Collet ⁽⁴²⁾

Pomme HVE de la Vallée du Rhône ⁽³⁸⁾

Alternatif : Rougail aux haricots

Mardi

Menu du Paresseux à 3 doigts

Bâtonnets de carottes

Filet de **poisson MSC** aux céréales

Potatoes &

Sauce au fromage blanc

Ananas au sirop

Alternatif : Boulettes au sarrasin & aux lentilles

Menu à manger avec les doigts et à tremper dans la sauce au fromage blanc.

Jeudi

Hachis parmentier de légumes (carottes & pommes de terre HVE) & égréné de boeuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

Compote BIO

Alternatif : Hachis parmentier végétal à la carotte

Vendredi

Menu Alternatif

Salade verte

Couscous de légumes

& sa semoule

Cake BIO au citron de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Bon Appétit !

Que mange le paresseux ?

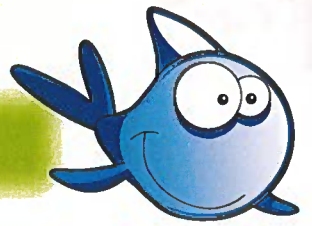
Un indice, j'appartiens au sous-ordre des «Folivora».





Menu des Couleurs

du 31 mars au 6 avril 2025



Lundi

Menu Alternatif

Pennes
à la sauce lentilles corail
Meule de Savoie ⁽⁷³⁾
Kiwi HVE de chez Savajol ⁽²⁶⁾

Mardi

Menu à l'envers

Petit suisse nature BIO
Waterzoï de poisson HVE
Pommes de terre vapeur HVE ⁽³⁸⁾
Tomates cerises
Alternatif : Waterzoï de légumes

Poisson d'Avril !



Jeudi

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées
Filets de poulet français en nuggets
Haricots verts BIO cuisinés à l'ail et au persil
Cake nature de l'Étape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Nugget's de blé

Vendredi

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾
Daube à la Provençale
Cœur de blé BIO
Yaourt à la framboise de chez Collet ⁽⁴²⁾
Alternatif : Chili sin carne
Pain au maïs de l'Étape Gourmande ⁽³⁸⁾

 Bon Appétit !



Le waterzoï est un plat mijoté à base de poissons, de légumes et de crème.





Menu des Couleurs

du 7 au 13 avril 2025



Lundi

Taboulé
Filet de **colin MSC** sauce au citron
Epinards BIO en béchamel
Fromage blanc **de chez Gérentes** ⁽⁴³⁾
Alternatif : Oeufs durs

Mardi

Menu Alternatif

Quenelles aux petits légumes ⁽⁶⁹⁾
Riz
Montfinois de la fromagerie de Montferrat ⁽³⁸⁾
Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Jeudi

Menu AURA

Salade verte HVE de chez Baptiste Lemoine ⁽³⁸⁾
Saucisson à cuire de Lyon ⁽⁶⁹⁾
Lentilles de Thodure ⁽³⁸⁾ au jus
Purée de pommes HVE de Bougé Chambalud ⁽³⁸⁾
Alternatif : Crêpe au fromage

Vendredi

Salade Vénitienne BIO
Sauté de poulet français au jus
Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ et navets à la crème
Cake BIO aux pépites de chocolat **Gourmand** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Boulettes végétales

Bon Appétit !





Menu des artistes en cuisine !

du 14 au 20 avril 2025



Lundi

Sauté de porc ⁽³⁸⁾ à l'aigre douce *de Guillaume*

Spätzles *de Baptiste*

Petit suisse nature BIO

Kiwi HVE de la Vallée du Rhône ⁽²⁶⁾

Alternatif : Tomate farcie végétale

Mardi

Tomates cerises HVE ⁽³⁸⁾

Orgeotto *de Laura*

Yaourt local à la myrtille ⁽⁴²⁾

Biscuit

Jeudi

Macédoine *d'Alexis*

Emincé de poulet français sauce bleu & noix *d'Yves*

Carottes BIO ⁽²⁶⁾ cuisinées par *Lionel*

Cake à la poire **Gourmand de Théo**

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage ⁽³⁸⁾

Vendredi

Colombo de crevettes, lentilles corail au lait de coco *de Yann*

Saint Marcellin IGP BIO ⁽³⁸⁾

Fraises HVE de chez Serge Figuet ⁽³⁸⁾

Alternatif : Colombo végétal



Bon Appétit !