



Légumes d'Antan & Herbes Aromatiques

MENUS du 23 février au 1^{er} mars 2026

LUNDI

Menu Alternatif & BIO

Betteraves BIO

Raviolis BIO à l'ail des ours de Saint Jean ⁽²⁶⁾

sauce crème

Saint Marcellin BIO de chez Vercors lait ⁽³⁸⁾

Pomme BIO de chez la Coccinelle ⁽³⁸⁾



MARDI

Menu en herbes

Salade de pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ & ciboulette

Rôti de porc de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la diable

Haricots verts BIO cuisinés à l'ail & au persil

Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Pain aux herbes de Provence de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

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

JEUDI

Salade verte

Emincé de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ aux champignons

Coquillettes BIO

Purée de poires HVE de le ferme des cerises ⁽³⁸⁾

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



VENDREDI

Filet de colin label MSC meunière

Chou-fleur de la Drôme en béchamel

Buche crémeuse du Mézenc ⁽⁴³⁾

Cake à la banane de l'Etape gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes

Ces menus sont validés par notre service diététique 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.

LUNDI

Taboulé du Chef !

semoule, tomate, poivron, oignon, jus de citron, ail, persil

Sauté de poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾ au jus

Epinards en béchamel

Compote de pommes BIO

Alternatif : Oeufs durs



MARDI

Menu Alternatif oriental

Couscous de légumes à la coriandre & pois chiches

Semoule BIO

Tomme du Châtelard ⁽³⁸⁾

Orange

La **Musaka**
vient des **Balkans**.
A l'origine à base de
viande de **mouton**
& de **pommes**
de **terre**.

JEUDI

Salade verte

Calamars à la Romaine

Carottes BIO de Parnans ⁽²⁶⁾ en persillade

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

Alternatif : Beignets au fromage

VENDREDI

Recette de Serbie

Chou kouki

Musaka égréné de boeuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

& **pommes de terre BIO** de Thodure ⁽³⁸⁾

Yaourt BIO

Alternatif : Musaka végétale

LUNDI

Pizza BIO de Rives ⁽³⁸⁾ au fromage
Sauté de volaille de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾ aux noix.
Chou-fleur ⁽²⁶⁾ & brocolis en persillade
Orange

Alternatif : Omelette



MARDI

Macédoine

Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, sel, moutarde, persil.
Boulettes de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ au jus
Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ vapeur en persillade
& sauce au fromage blanc et au paprika fumé
Pomme BIO de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾

Alternatif : Boulettes sarrasin lentilles

La
pomme
sous toutes ses
formes à la
croque, en purée,
au four.

JEUDI

Menu Alternatif

Betteraves

Pennes BIO de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
sauce aux lentilles corail

Cake nature de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

VENDREDI

Spécial poule au pot

Salade d'endives de Saint-Hilaire-la-Côte ⁽³⁸⁾

Poule au pot de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾

sauce suprême et son riz **BIO**

Purée de **pommes HVE** de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois



Ces menus sont validés par notre service diététique 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.

LUNDI

Menu Alternatif

Salade de lentilles & ciboulette
Roulé au fromage
Haricots verts BIO en persillade
Compote à la banane



MARDI

Menu Saint Patrick

Salade Napoli
Tortis 3 couleurs, maïs, vinaigrette, ail, persil.
Petit colin label MSC sauce au pesto
Beignets de brocolis
Kiwi de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Alternatif : Haricots blancs à la tomate

La
couleur verte
représente la nature,
la chance,
et la fertilité.



JEUDI

Spécial Couscous

Couscous au poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾
Semoule BIO
Carré de l'Est
Orange

Alternatif : Couscous de pois chiches

VENDREDI

Carottes râpées BIO de Parnans ⁽²⁶⁾
Pâtes BIO de Peaugres ⁽⁰⁷⁾
à la Carbonara viande de porc française
Yaourt BIO du Léoncel ⁽²⁶⁾

Alternatif : Pâtes sauce lentilles corail

LUNDI

Céleri en rémoulade
Emincé de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la Strogonof
Ecrasé de **pommes de terre BIO** ⁽³⁸⁾
Purée de **pommes HVE** de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾
Alternatif : Dahl de lentilles



MARDI

Cordon bleu viande française
Petits pois BIO au jus
Buchette
Ananas au sirop
Alternatif : Mini quenelles en sauce blanche



Le **pain**
aux **graines** est **bon**
pour l'équilibre
digestif.

JEUDI

Salade verte
Haut de cuisse de poulet de chez Royal Bernard ⁽²⁶⁾
Gratin de **potimarron BIO** d'Agnin ⁽³⁸⁾
Cake aux noix de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
Alternatif : Feuilleté au fromage

VENDREDI

Menu Alternatif

Houmous du Chef !
Lasagnes de légumes
Bournette du Vercors ⁽³⁸⁾
Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Pain aux graines de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

LUNDI

Menu Alternatif

Salade de **lentilles BIO** & ciboulette
Raviolis aux 4 fromages de chez Saint Jean ⁽²⁶⁾
sauce au Basilic
Abricots secs



MARDI

Menu Western

Macédoine

Macédoine, mayonnaise, fromage blanc, sel, moutarde, persil.

Saucisse Toscane de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Potatoes

Sauce américaine

Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Merguez végétale

Le **coing**
est le fruit du
cognassier au
goût acidulé.

JEUDI

Chou rouge

Sauté de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾ à la mexicaine

Riz BIO

Cake aux pépites de chocolat ⁽³⁸⁾

Alternatif : Chili sin carne

VENDREDI

Concombres en vinaigrette

Petit colin MSC sauce aurore

Purée de **potatoes HVE** ⁽³⁸⁾ et navets

Compote de pommes & coings

Alternatif : Pavé végétal



Ces menus sont validés par notre service diététique 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.