



Légumes d'Antan & Herbes Aromatiques

MENUS du 29 septembre au 5 octobre 2025

LUNDI Menu course à l'Echalote zéro déchets

Salade Verte HVE de Jarcieu (38) Blanquette de poisson label MSC Fromage blanc nature Madeleine

Alternatif : Blanquette de légumes

Salade de lentilles & petits pois à l'Échalote Ţortilla de Rives (38) Épinards en béchamel Bleu doux de l'Auvergne (43) Poires label HVE de chez Romain Vallet (26)



Échalote plante **bulbeuse** qui s'accomode aussi bien Crue que **Cuite**.



JEUDI Menu «Plus fortes ensemble!» pour Octobre Rose

Palette de porc de chez Carrel (38)
Purée rose pommes de terre HVE de la Bièvre (38)
Yaourt à la framboise de chez Collet (42)
Cake à la praline rose de l'Etape Gourmande (38)

Alternatif : Pavé maraîcher

VENDREDI

Taboulé

semoule, tomate, poivron, oignon, jus de citron, ail, persil
Haut de cuisse de poulet français
Courgettes BIO d'Agnin (38) au fromage de l'Ardèche
Saint Marcellin IGP (38)

Pomme BIO de la Vallée du Rhône

Alternatif: Boulettes au Sarrasin et lentilles

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.