

## LUNDI

Menu Fines Herbes Alternatif

Salade de lentilles & Ciboulette

Raviolis BIO à l'ail et au Basilic de chez Saint Jean <sup>(26)</sup>  
à la crème

Fromage à tartiner au lait de vache d'Ardèche, à l'ail violet et à la  
ciboulette de la Drôme de chez Papilles d'Ardèche <sup>(07)</sup>

Poire label HVE de la Valloire <sup>(26)</sup>



## MARDI

Salade de pommes de terre HVE <sup>(38)</sup> et ciboulette

Palette de porc <sup>(38)</sup> à la tomate et au Basilic

Ratatouille

Petit suisse

Nectarine label HVE de la Drôme

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

Le Basilic  
un régal avec  
les pâtes & les  
tomates.



## JEUDI

Salade de riz

Boulettes de boeuf du Nord Isère <sup>(38)</sup>

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

Fromage Blanc

Fraises label HVE de la Coccinelle <sup>(38)</sup>

Alternatif : Boulettes sarrasin & lentilles

## VENDREDI

Salade verte HVE de Jarcieu <sup>(38)</sup>

Blanquette de Colin label MSC à l'armoricaine

Semoule

Camembert

Gâteau au Yaourt de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois



# Légumes d'Antan & Herbes Aromatiques

## MENUS du 8 au 14 septembre 2025

### LUNDI

#### Menu Plaisir

**Tomates cerises label HVE de Ville-sous-Anjou** <sup>(38)</sup>

**Filet de poulet français** cuisiné en nugget's

**Potatoes label HVE de la plaine de la Bièvre** <sup>(38)</sup>

**Sauce au fromage blanc**

**Purée de pommes label HVE de la Ferme des cerises** <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Nugget's de blé*

*À déguster avec les  
nugget's et les  
potatoes*

### MARDI

#### Menu Alternatif

**Salade Vénitienne du Chef**

coquillettes, tomates, maïs, petit pois, persil

**Omelette**

**Epinards en béchamel**

**Carré de l'Est**

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



**La Persillade**  
c'est du persil et  
de l'ail hachés.

### JEUDI

**Carottes BIO de Sébastien Patel** <sup>(26)</sup> râpées

**Filet de Poisson label MSC**

**Penne**

**Fromage blanc de chez Gérentes** <sup>(43)</sup>

**Flan à la Vanille**

*Alternatif : Penne sauce lentilles corail*

### VENDREDI

#### Menu persillade

**Salade Verte HVE des Jardins de Champagne** <sup>(38)</sup>

**Sauté de boeuf de chez Carrel** <sup>(38)</sup> à la Provençale

**Haricots verts en persillade**

**Buchette**

**Gâteau aux pommes de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Crêpe au fromage*

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 aux bienfaits des Épices

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

Rougail saucisse française

Riz

Yaourt nature de chez Collet <sup>(42)</sup>

Copeaux de chocolat

Alternatif : Rougail aux haricots

À déguster avec  
 le yaourt façon  
 Stracciatella



## MARDI

Menu Estragon du petit Dragon

Salade de Crozets de Savoie <sup>(73)</sup>

Sauté de porc de chez Carrel <sup>(38)</sup> à l'Estragon

Chou-fleur de St-Sorlin-en-Valloire <sup>(26)</sup> en béchamel

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

Raisin label HVE de chez Paul Arnaud <sup>(38)</sup>

Alternatif : Quenelles à la sauce tomate



L'oseille  
 accompagne  
 à merveille le  
 poisson.



## JEUDI

Menu Basilic Alternatif qui apaise le corps et l'esprit

Salade Verte HVE de Jarcieu <sup>(38)</sup>

Cappellettis au fromage

sauce au Basilic

Verchicors label Ishere du Mont Aiguille <sup>(38)</sup>

Cake BIO de l'Étape Gourmande <sup>(38)</sup>



## VENDREDI

Menu Quand le plat Persil rencontre l'acidité de l'Oseille...

Taboulé du Chef

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

Filet de Colin label MSC à l'Oseille

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

Petit suisse

Poire label HVE de Moras-en-Valloire <sup>(26)</sup>

Alternatif : Pavé végétal

→ Oseille

## LUNDI

Menu Jardin Alpin Alternatif

**Salade Verte HVE de Jarcieu** <sup>(38)</sup>  
Gnocchis  
sauce au Bleu & Noix  
Oeufs à la neige  
& crème anglaise



## MARDI

Menu du Midi aux Herbes de Provence

Salade de Pâtes  
**Saucisse au Comté AOP de chez Carrel** <sup>(38)</sup>  
Ratatouille aux Herbes de Provence  
Fromage blanc aux fruits  
Fruit de saison  
Alternatif : Tarte au fromage



## JEUDI

Menu mettre du linge sur les Salsifis d'Antan

Pizza au fromage de Rives <sup>(38)</sup>  
Filet de poisson MSC meunière  
Salsifis à la crème  
Fromage blanc de l'Auvergne <sup>(43)</sup>  
Miel de Thodore <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Lentilles à la dijonnaise

## VENDREDI

Menu qui fleure bon le Thym

Concombre  
Sauté de volaille française forestier au Thym  
Beignets de légumes  
**Carré du Trièves label Ishere** <sup>(38)</sup>  
**Cake à la myrtille de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Curry de Pois chiches

### LUNDI

Menu course à l'Échalote zéro déchets

Salade Verte HVE de Jarcieu <sup>(38)</sup>  
Blanquette de poisson label MSC  
Riz  
Fromage blanc nature  
Madeleine

Alternatif : Blanquette de légumes

### MARDI

Menu Alternatif

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



**Échalote**  
plante bulbeuse qui  
s'accomode  
aussi bien crue  
que cuite.



### JEUDI

Menu «Plus fortes ensemble!» pour Octobre Rose

Betteraves  
Palette de porc de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
Purée rose pommes de terre HVE de la Bièvre <sup>(38)</sup>  
Yaourt à la framboise de chez Collet <sup>(42)</sup>  
Cake à la praline rose de l'Étape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Pavé maraîcher

### VENDREDI

Taboulé  
semoule, tomate, poivron, oignon, jus de citron, ail, persil  
Haut de cuisse de poulet français  
Courgettes BIO d'Agnin <sup>(38)</sup> au fromage de l'Ardèche  
Saint Marcellin IGP <sup>(38)</sup>  
Pomme BIO de la Vallée du Rhône  
Alternatif : Boulettes au Sarrasin et lentilles

### LUNDI

Menu Rond

Tomates cerises HVE de chez Figuet <sup>(38)</sup>  
Boulettes de porc tomate barbecue de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
Petits pois au jus  
Carré de l'Est  
Purée de pommes HVE de Bougé-Chambalud <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes

### MARDI



Salade de pommes de terre HVE <sup>(38)</sup> & Ciboulette  
Filet de poisson label MSC meunière  
Gratin de potimarron BIO de Pierre Sylvant <sup>(38)</sup>  
Fromage blanc aux fruits  
Prune HVE des Fruitières Dauphinoises <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Oeufs brouillés



## Coriandre

on consomme ses  
graines, ses tiges  
et ses feuilles.

### JEUDI

Menu saveurs d'Orient Alternatif

Macédoine du Chef  
Légumes, mayonnaise, fromage blanc, persil, moutarde  
Couscous de légumes à la Coriandre  
Merguez végétale française sans soja  
Brique de chèvre de l'Auvergne <sup>(43)</sup>  
Cake aux pépites de chocolat & à la Menthe <sup>(38)</sup>

### VENDREDI

Carottes BIO de Parnans <sup>(26)</sup> râpées  
Lasagnes à la bolognaise  
viande française  
Yaourt nature BIO de Léoncel <sup>(26)</sup>  
Raisin label HVE de chez Paul Arnaud <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Lasagnes de légumes

## LUNDI

Cuisine Gourmande de Maître-Queux

Salade verte HVE de Jarcieu <sup>(38)</sup>  
Steak haché de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
Pommes de terre HVE <sup>(38)</sup> cuisinées  
façon Potatoes & sauce fromagère  
Pommes HVE <sup>(38)</sup>  
Pain Burger

Alternatif : Burger végétal



## MARDI

Menu de Bélibaste Alternatif

Tarte à la courge Butternut de Rives <sup>(38)</sup>  
Oeufs brouillés Arbolettys  
Épinards en béchamel  
Yogourt Yaourt nature  
Ung emplumeus de pomes Purée de pommes HVE <sup>(38)</sup>

Oyez

Oyez braves gens !

Venez festoyer au  
restaurant Guillaud Traiteur  
pour un voyage historique  
dans le temps où vous  
ripaillerez. «Recettes  
médiévales uniques en  
Europe».

## JEUDI

Ripaillie en Isère & fête du Pain de Chailly

Chaircuicterie Mortadelle de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
Cochonaille Jambon braisé <sup>(38)</sup> à la vigneronne  
Purée de racines Pommes de terre HVE <sup>(38)</sup> et navets  
Caseus Carré du Trièves label Isère <sup>(38)</sup>  
Caillou rosat Poires label HVE de la Valloire <sup>(26)</sup>  
Méteil Pain aux graines de l'Étape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Terrine de légumes, pané tomate mozza



## VENDREDI

Le Boute dehors

Carottes BIO de Parnans <sup>(26)</sup> râpées au 1<sup>er</sup> service  
Emincé de volaille française à la Porée blanche au 2<sup>ème</sup> service

blancs de poireaux, oignons, beurre, lait

Trio de céréales

Fromage blanc au 3<sup>ème</sup> service

Gâteau à la castagne de l'Étape Gourmande <sup>(38)</sup> en dessert

Alternatif : Trio de céréales sauce petits pois & légumes

