

Menus thème 100 % du 10 au 16 juin 2024

Menu ALTERNATIF

Réalise ton Buddha Bowl avec :

- ✓ Tomates & concombres
- ✓ Boulettes tomates mozzarella
- ✓ Riz aux champignons
- ✓ Dés d'emmental
- ✓ Pastèque



Semaine des Fruits et légumes Frais



Lundi



Mardi



Menu 100 % FRAÎCHEUR

Carottes label HVE de l'Isère à croquer

Jambon blanc français

Salade de pâtes aux petits légumes

Fromage à tartiner **de l'Ardèche**

Cerises label HVE de l'Isère

Pain à la tomate de l'Étape Gourmande

Alternatif : Oeufs durs

Trempe-moi
dans le fromage
d'Ardèche!



MANGER MIEUX FORME & SANTÉ



Conseils J.O.



5 FRUITS et LÉGUMES
par JOUR.

Jeudi



Melon

Petit colin label MSC sauce au citron

Epinards béchamel

Yaourt à la framboise **de la ferme Collet**

Cake à la banane **de l'Étape Gourmande**

Pain aux poivrons de l'Étape Gourmande

Alternatif : Boulettes de blé



Vendredi

Concombre au fromage blanc

Steak haché au jus **de notre région**

Haricots verts & **pommes de terre HVE**

Carré du Trièves BIO

Fraises label HVE de l'Isère

Alternatif : Quenelles sauce au curry



ZOOM
sur un de
nos
partenaires
LOCAUX

Producteur de
cerises, fraises,
abricots, pommes.



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 peuvent contenir des allergènes majeurs : gluten, crustacés, oeuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, sulfites, lupin, mollusque.



Les Fruits de Valquirit,
à Saint-Prim dans l'Isère.

