

MENUS '4 SAISONS' | DU 29 AVRIL 2024 AU 26 MAI 2024

Vernaison - Déjeuner

Du 29 avr. au 05 mai

Du 06 mai au 12 mai

Du 13 mai au 19 mai

Du 20 mai au 26 mai

LUNDI

Cappelletti ricotta épinards sauce crème  
Fromage fondu le carré  
Fruit **BIO** de saison



Salade de perles  
Calamar à la romaine  
Julienne de légumes  
Yaourt nature **BIO**



Tomate à la croque  
Club fromager  
Chips  
Flan vanille



MARDI

Chipolatas au jus  
Lentilles au jus  
Bûche du pilat  
Compote de pommes **BIO**



Salade iceberg  
Jambon blanc  
Purée de pommes de terre  
Crème caramel (Ferme du Chambon)



Salade verte **BIO**  
Lasagnes bolognaise  
Fromage blanc (ferme du Chambon)



Rigolo au fromage  
Lentilles au jus  
Yaourt de la ferme du Chambon  
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Carottes **BIO** râpées vinaigrette  
Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
Potatoes  
Crème au chocolat



Filet de poisson sauce crème  
Coquillettes **BIO**  
Coulommiers  
Purée pomme fraise



Hachis parmentier  
Vache qui rit **BIO**  
Compote pomme abricot



JEUDI

Carottes **BIO** râpées vinaigrette  
Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
Potatoes  
Crème au chocolat



Beignet de salsifis  
Ratatouille du chef  
Cantal AOP  
Fruit **BIO** de saison



Taboulé  
Filet de poisson meunière  
Epinards hachés **BIO**  
Fruit de saison



VENREDI

Omelette **BIO**  
Poêlée de courgettes fraîches persillées  
Yaourt aromatisé  
Eclair à la vanille



Salade coleslaw **BIO**  
Cheesburger  
Frites  
Brownies du chef



Colombo de volaille  
Courgettes fraîches à la béchamel  
Camembert  
Tarte basque



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

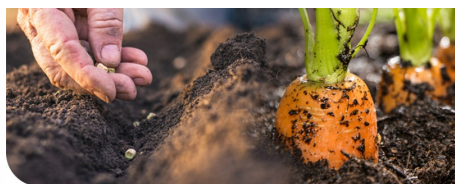
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





MENUS '4 SAISONS' | DU 27 MAI 2024 AU 23 JUIN 2024 |

Vernaison - Déjeuner

Du 27 mai au 02 juin

Du 03 juin au 09 juin

Du 10 juin au 16 juin

Du 17 juin au 23 juin

LUNDI

Jambon blanc  
Purée de pommes de terre  
Gouda  
Fruit **BIO** de saison



Estouffade de boeuf à la niçoise  
Semoule **BIO**  
Verchicors **BIO**  
Compote pomme framboise



Melon  
Nugget's de volaille  
Frites  
Crème pralinée



Taboulé **BIO** du chef  
Boulettes d'agneau sauce tomate  
Petits pois et carottes au jus  
Yaourt de la ferme du Chambon



MARDI

Radis et beurre  
Boulettes de boeuf sauce indienne  
Pâtes **BIO**  
Flan vanille



Gaspacho  
Œuf dur mayonnaise  
Pommes de terre en salade  
Fromage blanc (ferme du Chambon)



Filet de poisson meunière  
Gratin d'aubergines fraîche et pommes de terre  
Saint paulin  
Fruit **BIO** de saison



Pastèque  
Dahl de lentilles et carottes à la crème de coco  
Chanteneige **BIO**



MERCREDI

Salade de lentilles aux épices  
Aiguillettes de poulet au thym  
Carottes fraîches aux petits oignons  
Yaourt nature **BIO**



Carry de porc \*  
Epinards hachés à la crème  
Tomme du Trièves **BIO**  
Beignet aux pommes



Quenelles **BIO** sauce aurore  
Semoule **BIO**  
Morbier  
Compote de pommes



Sauté de volaille au paprika  
Courgettes fraîches à la béchamel  
Fourme d'Ambert AOP  
Donuts



JEUDI

Poisson pané  
Petits pois au jus  
Chanteneige **BIO**  
Gâteau du chef aux pommes



Pastèque  
Macaroni **BIO** à la bolognaise  
Crème chocolat (ferme du Chambon)



Chakalaka (h.blancs, pois chiches, légumes) PG  
Riz **BIO**  
Saint nectaïre  
Fruit de saison



Thon mayonnaise  
Salade niçoise  
Fromage blanc **BIO**  
Tarte au flan



VENDREDI

Tomates fraîches **BIO** rondelle  
Chili sin carne  
Riz **BIO**  
Yaourt de la ferme du Chambon



Taboulé **BIO** du chef  
Filet de poisson sauce tomate basilic  
Ratatouille du chef  
Fruit de saison



Carottes **BIO** râpées vinaigrette  
Rôti de Volaille Froid et Ketchup  
Salade de pâtes  
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade  
Chipolatas au jus  
Purée de pommes de terre  
Crème onctueuse au chocolat



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





Vernaison - Déjeuner

Du 24 juin au 30 juin

Du 01 juil. au 07 juil.

LUNDI

Moules à la crème  
Frites  
Verchicors **BIO**  
Compote pommes cassis



Taboulé **BIO** du chef  
Pizza au fromage  
Salade de haricots verts  
Yaourt de la ferme du Chambon



MARDI

Salade de pois chiches marocaine  
Aiguillettes de poulet sauce curry  
Ratatouille du chef  
Fruit **BIO** de saison



Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
Lentilles au jus  
Emmental **BIO**  
Compote de pommes



MERCREDI

Melon jaune  
Macaroni **BIO** à la carbonara  
Petite tomme **BIO** du Trièves



Concombre frais **BIO** vinaigrette  
Filet de poisson aux épices tandoori  
Pommes de terre persillées  
Crème caramel (Ferme du Chambon)



JEUDI

Moquecca de poisson à la brésilienne  
Riz **BIO**  
Petit suisse sucré  
Ananas frais



Calamar à la romaine  
Aubergines et courgettes fraîches provençale  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau basque



VENREDI

Betteraves en salade  
Pavé fromager  
Carottes fraîches sautées  
Gâteau au yaourt du chef



Tomate à la croque  
Hot dog volaille  
Chips  
Petit Filou tubes



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

**10M** de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

