



Menu Chaponnay - Déjeuner

Du 06 janv. au 12 janv.

Du 13 janv. au 19 janv.

Du 20 janv. au 26 janv.

Du 27 janv. au 02 févr.

LUNDI

Carottes râpées **BIO**
Lasagnes au saumon
Vache picon
Compote de pommes **BIO**

Radis noirs et carottes râpés
Ravioli ricotta épinards **BIO** sauce tomate
Saint paulin **BIO**
Fruit de saison

Terrine de légumes
Mayonnaise
Parmentier végétal
Saint nectaire AOP
Flan vanille nappé caramel **BIO**

Taboulé
Filet de lieu sauce ciboulette
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt nature
Fruit de saison

MARDI

Salade iceberg
Pois chiches et légumes couscous
Semoule **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Fruit **BIO** de saison

Chiffonade de rosette et cornichons
/Salade de lentilles aux échalotes
Filet de colin sauce citron
Petits pois **BIO** au jus
Carré du Trièves **BIO**
Compote pomme framboise

Saucisson à l'ail et cornichons
/Salade de blé à l'orientale
Filet de poisson meunière
Épinards hachés **BIO**
Bûchette mélangée
Fruit de saison

Salade de chou chinois sauce sucrée salée
Sauté de Volaille au Caramel
/Emincé de pois sauce curry
Riz aux légumes façon wok
Camembert **BIO**
Rocher au coco

● NOUVEL AN CHINOIS

MERCREDI

Velouté de légumes du chef
Sauté de boeuf aux oignons
/Filet de poisson sauce julienne
Riz **BIO**
Cantal AOP
Flan chocolat

Velouté de potiron du chef
Boulettes d'agneau sauce orientale
/Paupiette de poisson à l'orientale
Torti **BIO**
Fromage râpé
Camembert
Fruit **BIO** de saison

Coleslaw **BIO** du chef
Nugget's de volaille
/Pavé fromager
Lentilles au jus
Cantal AOP
Compote de poires du chef

Salade verte
Assortiment de Charcuterie*
/Galette végétale tomate mozzarella
Pommes vapeur
Fromage à raclette
Compote de pommes **BIO**

● RACLETTE

JEUDI

Chou blanc frais mayonnaise
Cordon bleu
/Nuggets végétal
Purée aux 3 légumes
Yaourt aromatisé
Galette des Rois

Salade iceberg
Quenelle à la sauce tomate
Haricots verts à l'ail
Yaourt nature
Gâteau basque

Betteraves **BIO** en salade
Paupiette de veau au jus
/Crêpe aux champignons
Purée de courges
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau du chef aux myrtilles

Velouté de légumes du chef
Tortellini ricotta épinards sauce verte
Fromage râpé
Saint nectaire AOP
Fruit de saison

👑 EPIPHANIE

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 !





Menu Chaponnay - Déjeuner

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Oeuf dur nature
Mayonnaise (flacon)
Sauté de volaille à la moutarde
/Tarte aux légumes
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé
Verchicors **BIO**
Flan chocolat



Pâté en croûte
/Salade d'haricots beurre
Tajine de poulet au citron
/Tajine de poisson
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Taboulé **BIO** du chef
Calamar à la romaine
Carottes **BIO** persillées
Comté AOP
Fruit de saison



MARDI

Macédoine vinaigrette
Stifado de boeuf
/Calamars à la romaine
Jeunes carottes au jus
Mimolette
Fruit de saison



Salade verte **BIO**
Pané de blé fromage et épinards
Petits pois au jus
Emmental **BIO**
Beignet au chocolat



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Steack haché au jus
/Tarte au fromage
Potatoes
Ketchup (flacon)
Camembert
Flan vanille nappé caramel



MERCREDI

JEUDI

Terrine de poisson
Cubes de poisson blanc aux 3 céréales
Riz **BIO** à la tomate
Chanteneige **BIO**
Compote de poires du chef



Potage crecy
Brandade de poisson du chef
Yaourt nature **BIO**
Fruit de saison



Velouté de potiron du chef
Blanquette de veau façon à l'ancienne
/Bolognaise végétale **BIO**
Torti **BIO**
Fromage râpé
Verchicors
Fruit de saison



EXPRESSION POISSON

VENDREDI

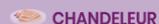
Carottes râpées **BIO**
Crêpe au fromage
Épinards hachés à la crème
Chantilly
Crêpe fraîche sucrée



Pizza au fromage
Boulettes d'agneau au jus
/Oeufs durs **BIO** piperade
Purée aux 3 légumes
Livarot AOP
Compote pomme framboise



Terrine de campagne
/Salade de pois chiches à l'italienne
Chickenwings
/Filet de poisson meunière
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt de la ferme du Chambon
Gâteau au yaourt du chef



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 !

