

# Menu des Couleurs

du 4 au 10 novembre 2024



## Lundi

Alternatif

Taboulé  
Roulé au fromage **de Rives** <sup>(38)</sup>  
Haricots verts  
Buchette  
Orange

## Mercredi

**Tomates HVE de Ville-sous-Anjou** <sup>(38)</sup>  
Saucisse **du Nord Isère** <sup>(38)</sup>  
Polenta crémeuse  
Yaourt **de Theys** <sup>(38)</sup>  
Compote  
Alternatif : Aiguillettes de blé

## Vendredi

**Salade verte HVE des Jardins de Champagne** <sup>(38)</sup>  
**Poisson label MSC** meunière  
**Chou-fleur HVE de Jarcieu** <sup>(38)</sup> en béchamel  
Petit suisse nature  
**Cake aux myrtilles de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Omelette

## Mardi

**Carottes HVE de St Prim** <sup>(38)</sup> râpées  
**Crozets BIO de Savoie** <sup>(73)</sup>  
à la Bolognaise **égréné de boeuf de chez Carrel** <sup>(38)</sup>  
Fromage blanc nature  
Madeleine  
Alternatif : Crozets BIO à la sauce aux lentilles corail

## Jeudi

Macédoine de légumes  
Sauté de dinde **française à la Provençale**  
**Pommes de terre HVE de Gillonnay** <sup>(38)</sup> vapeur  
**Brique de chez Gérentes** <sup>(43)</sup>  
**Poire label HVE de la Valloire** <sup>(26)</sup>  
Alternatif : Pavé maraîcher



Bon Appétit !

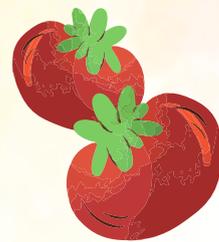


Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être **modifiés** en fonction des approvisionnements. Toutes nos viandes sont d'origine **France et/ou locale** sous réserve d'approvisionnement. Les plats contiennent des **allergènes** majeurs : gluten, crustacés, oeuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, sulfites, lupin, mollusque.



# Menu des Couleurs

du 11 au 17 novembre 2024



Armistice 14-18



## Mardi

Menu de Valencia

Coleslaw

Paëlla

à la volaille française

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

Purée de **pomme HVE de la ferme des Cerises** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Paëlla aux légumes



Pur Fruit sans sucre

## Mercredi

Salade de pépinettes

Cordon bleu viande française

Ratatouille aux légumes de notre région

Yaourt de Theys <sup>(38)</sup>

Cake au chocolat de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Oeufs durs

## Jeudi

Salade de pommes de terre HVE & ciboulette

Filet de poisson label MSC

Epinards en béchamel

**Carré du Trièves HVE de la laiterie du Mont-Aiguille** <sup>(38)</sup>

**Pomme label HVE des Fruitiers Dauphinois** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Pané au gouda

## Vendredi

Alternatif

Betteraves

**Raviolis BIO** aux légumes du Soleil

de chez Saint Jean <sup>(26)</sup> à la crème

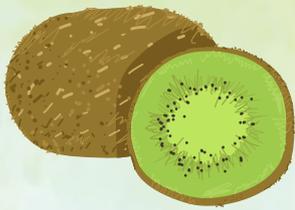
Fromage blanc d'Auvergne <sup>(43)</sup>

Ananas au sirop

Bon Appétit !

De quel pays est  
originaire la Paëlla ?





# Menu des Couleurs

## du 18 au 24 novembre 2024



### Lundi

Menu Alternatif

Salade de lentilles  
Tarte butternut & comté de Rives <sup>(38)</sup>  
Brocolis en persillade  
Petit suisse nature  
**Poire HVE de la Vallée du Rhône** <sup>(26)</sup>

### Mardi

Salade d'endives  
Mycaka  
**Pomme de terre HVE et boeuf haché** <sup>(38)</sup>  
**Bleu doux d'Auvergne** <sup>(43)</sup>  
Compote pomme & banane  
Alternatif : Mycaka végétale

La Mycaka est une moussaka Bulgare.



### Mercredi

Menu Écureuil Roux



Salade de chou  
Haut de cuisse de poulet français aux noix  
**Carottes HVE de St Prim** <sup>(38)</sup> au miel  
Yaourt à la châtaigne de chez Collet <sup>(42)</sup>  
**Cake aux noisettes de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Quenelles à la crème

### Jeudi

Menu Antillais

Achard de légumes  
Rougail saucisse française  
Riz  
Fromage blanc  
**Kiwi label HVE de chez Savajols** <sup>(26)</sup>  
Alternatif : Rougail aux haricots

### Vendredi

Menu Souris Verte

**Salade verte HVE de Jarcieu** <sup>(38)</sup>  
Filet de poisson MSC à l'Estragon  
**Crozets BIO de Savoie** au Pesto  
Fromage à tartiner aux herbes  
**Gâteau aux épinards de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
**Pain aux olives de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Pavé végétal



Bon Appétit !

Voici quelques rongeurs célèbres : Citons la chanson de «la souris verte», le cuisinier Rémy dans Ratatouille. Mais aussi Mickey, Jerry, Bernard et Bianca, Stuart Little....

Quel est le rôle des rongeurs pour la biodiversité et la chaîne alimentaire ?



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

L'aère les sols en favorisant l'écoulement de l'eau. Je distribue les graines et je suis source de nombreux prédateurs.



# Menu des Couleurs

du 25 nov. au 1<sup>er</sup> déc. 2024



## Lundi

Menu alternatif

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

Couscous de légumes

Semoule

Yaourt à la fraise **de chez Collet** <sup>(42)</sup>

Orange

## Mardi

Pizza au fromage **de Rives** <sup>(38)</sup>

Filet de poulet **français** sauce barbecue

**Courge HVE** <sup>(38)</sup> en béchamel

**Saint Marcellin IGP** <sup>(38)</sup>

**Pomme HVE de la Vallée du Rhône** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Pavé végétal

## Mercredi

Menu Belge

Céleri en rémoulade

Moules marinières

Potatoes

Yaourt **de la ferme des Hameaux** <sup>(38)</sup>

Gaufre

Alternatif : Tomate farcie végétale

## Jeudi

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

Saucisse **du Nord Isère** <sup>(38)</sup>

Lentilles au jus **de Thodure** <sup>(38)</sup>

Petit suisse sucré

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

Alternatif : Crêpe au fromage

## Vendredi

Menu Flamand

Concombre

Carbonade flamande **viande régionale** <sup>(38)</sup>

Ecrasé de **pommes de terre HVE de Gillonnay** <sup>(38)</sup>

Coulommiers

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

Alternatif : Aiguillettes de blé



Peux tu nous citer  
des spécialités Belges  
ou Flamandes ?



Bon Appétit !

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

Spécialités : Waterzoi, Chicons, Frites, Gâfres, Lapin à la bière, Pain crantique, Spéculoos, Café liégeois, Moutarde, Chocolat, Frites, Moules frites...



# Menu des Couleurs

du 2 au 8 décembre 2024



## Lundi

Salade de perles légumières  
 Filet de poisson **MSC** aux céréales  
**Chou-fleur HVE** en béchamel **de Jarcieu** <sup>(38)</sup>  
 Brique de chèvre **d'Auvergne** <sup>(43)</sup>  
**Kiwi HVE** de chez **Savajols** <sup>(26)</sup>  
*Alternatif : Boulettes de blé*

## Mercredi

Coleslaw  
 Coquillettes  
 à la carbonara **viande française**  
 Tomme **du Châtelard** <sup>(38)</sup>  
 Compote de pommes & banane  
*Alternatif : Coquillettes à la sauce lentilles corail*

## Vendredi

Menu Cigogne

Betteraves  
 Choucroute garnie  
**Viande française**  
 Camembert  
**Clémentine IGP de Corse**  
**Pain au Maïs de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>  
*Alternatif : Pavé végétal, chou et pommes de terre*



Bon Appétit !



Que mange la  
 cigogne ?

Un indice, je suis carnivore.





# Menu des Couleurs

du 9 au 15 décembre 2024



## Lundi

Salade verte HVE de Jarcieu <sup>(38)</sup>  
 Blanquette de veau français à l'ancienne  
 Riz  
 Bleu doux de chez Gérentes <sup>(43)</sup>  
 Liégeois au chocolat  
 Alternatif : Blanquette de légumes

## Mercredi

Menu des Lumières  
 Rosette de Lyon <sup>(69)</sup>  
 Quenelles BIO à la tomate  
 Flan de brocolis  
 Yaourt HVE de la ferme Belle Etoile <sup>(38)</sup>  
 Pomme HVE de la Vallée du Rhône <sup>(38)</sup>  
 Alternatif : Oeufs durs

## Mardi

Salade pommes de terre BIO <sup>(38)</sup> & thon MSC  
 Saucisse au chou de chez Carrel <sup>(38)</sup>  
 Courgettes HVE <sup>(38)</sup> au fromage d'Ardèche <sup>(38)</sup>  
 Petit suisse aux fruits  
 Clémentine IGP de Corse  
 Alternatif : Salade de pommes de terre, Pavé végétal

## Jeudi

Menu alternatif  
 Carottes HVE de Saint Prim <sup>(38)</sup> râpées  
 Raviolis aux 3 fromages  
 de chez Saint Jean <sup>(26)</sup> à la tomate  
 Buchette  
 Purée de pommes HVE de Bougé Chambalud <sup>(38)</sup>

*Pur Fruit sans sucre*

## Vendredi

Taboulé  
 Ragoût de poisson MSC  
 aux légumes  
 Fromage blanc de chez Gérentes <sup>(43)</sup>  
 Cake BIO au citron de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
 Alternatif : Ragoût végétal



*Bon Appétit !*





# Menu des Couleurs

du 16 au 22 décembre 2024



## Lundi

Menu Montagnard

Salade d'endives

**Croziflette BIO**

**viande française**

Yaourt à la châtaigne **de chez Collet** <sup>(42)</sup>

Madeleine

Alternatif : Croziflette végétale

## Mercredi

Menu de Noël

Filet de **colin MSC** au lait de coco & crevettes

Riz bicolore

Crème anglaise & Brownie

**Clémentine IGP de Corse** & papillotes

Alternatif : Curry de pois chiches au lait de coco

## Mardi

Menu alternatif

Salade de lentilles **de Thodure** <sup>(38)</sup>

Beignets de camembert

Haricots verts en persillade

Bournette **du Vercors** <sup>(38)</sup>

**Kiwi HVE de chez Savajols** <sup>(26)</sup>

## Jeudi

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

Boulettes de bœuf **de chez Carrel** <sup>(38)</sup>

Pommes smiley

**Saint Marcellin IGP** <sup>(38)</sup>

**Pomme label HVE** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Boulettes de sarrasin & lentilles

## Vendredi

Menu Renne de Noël

Mousson de canard **français**

Sot l'y laisse **français** aux baies des bois

Gratin de **potimarron BIO** <sup>(38)</sup> aux châtaignes

**Clémentine IGP de Corse**

Macarons & chocolat de Noël

Alternatif : Terrine de légumes, feuilleté au fromage



Bon Appétit !

Que mange les rennes  
du Pere-Noël ?

Un indice, je suis herbivore.



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

Les rennes mangent tous les légumes-feuilles ou ce qui pousse dans la terre, et beaucoup de ces aliments sont bons pour les lutins et les petits enfants aussi ! Nous avons tous besoin de légumes pour devenir grands et être en bonne santé.

**VENDREDI**  
22 novembre  
**2024**

Longévité  
2 ans

Taille  
8 cm

Poids  
15 g

**SOURIS**  
**VERTE**  
**SOURIS**  
**VERTE**  
**SOURIS**  
**VERTE**

40% des mammifères sur terre sont des rongeurs.

Nous avons une paire **d'incisives** à croissance continue.

Les rats ont un bon odorat et sont utilisés par l'homme pour détecter la **drogue** et les **mines anti-personnel**.

## QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

Je suis un animal omnivore à tendance granivore. Je me nourris de céréales et de tout ce que l'homme laisse à ma disposition. Je suis un véritable nettoyeur urbain. Je suis utile pour la Biodiversité en aérant les sols permettant à l'eau de s'écouler et je suis un apport de protéines pour les prédateurs.

- ESPÈCE PROLIFIQUE - NE PAS LAISSER DE DÉCHETS OU DE NOURRITURE SI TU NE VEUX PAS ME VOIR DANS TA MAISON -

L'écureuil roux, le castor, le campagnol amphibie, le hamster et le muscardin sont protégés.

**VENDREDI**  
6 décembre  
**2024**

Longévité  
30 ans

Taille  
115 cm

Poids  
4,5 kg

**CIGOGNE**  
**BLANCHE**  
**CIGOGNE**  
**BLANCHE**  
**CIGOGNE**  
**BLANCHE**  
**CIGOGNE**  
**BLANCHE**



Je suis une espèce d'oiseau **é ch a s s i e r** migrateur.

On me trouve en **Europe, Asie et Afrique.**

Pour survivre, j'ai besoin qu'on **préserve** les zones humides, qu'on **neutralise** les lignes électriques et qu'on **ferme** les décharges à ciel ouvert.

## QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

Je suis un animal carnivore. Je mange des insectes, mollusques, poissons et rongeurs. Je suis toujours menacée par l'électrocution, les produits toxiques des décharges où je me nourris, la bromadiolone pour éliminer les rongeurs que je mange, l'épendage chimique pour la lutte des sauterelles et criquets en Afrique et le braconnage.

- ESPÈCE PROTÉGÉE - EN VOIE DE DISPARITION -

Protégée  
depuis  
1981  
Danger!!

**VENDREDI**  
20 décembre  
**2024**

Longévité  
15 ans

Taille  
1m80

Poids  
150 kg

**RENNE**

CARIBOU

**RENNE**

CARIBOU

**RENNE**

CARIBOU

Je suis **uncervidé** **migrateur** originaire des régions arctiques et subarctiques de **l'Europe, de l'Asie et de l'Amérique du Nord.**

Nous courrons pour échapper à nos **prédateurs** comme le loup gris, l'ours brun et l'ours polaire.

Le Père Noël a **domestiqué** 9 rennes pour tirer son traîneau.

## QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

Je suis un animal herbivore ruminant. Je mange des lichens (c'est une association mousse-champignons), mais aussi des plantes herbacées, des écorces, des petits branchages, des mousses et des champignons.

- ESPÈCE VULNÉRABLE - VICTIME DE LA CHASSE, DU BRACONNAGE ET DU CHANGEMENT CLIMATIQUE-

Chasse  
raisonnée  
en Russie  
& Norvège.