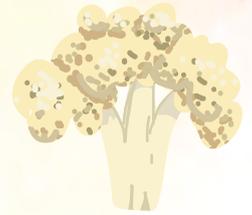


Menu des Couleurs

du 4 au 10 novembre 2024



Lundi

Menu alternatif

Taboulé

Roulé au fromage de Rives ⁽³⁸⁾

Haricots verts BIO

Orange

Mardi

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ râpées

Crozets BIO de Savoie ⁽⁷³⁾

à la Bolognaise égréné de boeuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Fromage blanc nature

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 ⁽³⁸⁾ vapeur

Brique de chez Gérentes ⁽⁴³⁾

Alternatif : Pavé maraîcher

Vendredi

Salade verte HVE des Jardins de Champagne ⁽³⁸⁾

Poisson label MSC meunière

Chou-fleur BIO en béchamel

Cake aux myrtilles de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Omelette

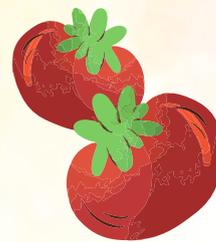


Bon Appétit !



Menu des Couleurs

du 11 au 17 novembre 2024



Armistice 14-18



Mardi

Menu de Valencia

Coleslaw

Paëlla au **riz BIO**

à la volaille **française**

Tomme de Yenne ⁽⁷³⁾

Alternatif : Paëlla aux légumes

Vendredi

Menu alternatif

Betteraves

Raviolis BIO aux légumes du Soleil
de **chez Saint Jean** ⁽²⁶⁾ à la crème

Ananas au sirop

Jeudi

Salade de **pommes de terre HVE** & ciboulette

Filet de **poisson label MSC**

Epinards BIO en béchamel

Pomme label HVE des Fruitiers Dauphinois ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pané au gouda

De quel pays est
originaire la Paëlla ?



Bon Appétit !





Menu des Couleurs

du 18 au 24 novembre 2024



Lundi

Menu Alternatif

Salade de **lentilles BIO**

Tarte butternut & comté de **Rives** ⁽³⁸⁾

Brocolis en persillade

Poire HVE de la Vallée du Rhône ⁽²⁶⁾

Mardi

Salade d'endives

Mycaka

Pomme de terre HVE et boeuf haché ⁽³⁸⁾

Bleu doux d'Auvergne ⁽⁴³⁾

Alternatif : Mycaka végétale

La Mycaka est une moussaka Bulgare.



Jeudi

Menu Antillais

Achard de légumes

Rougail saucisse française

Riz BIO

Fromage blanc

Alternatif : Rougail aux haricots

Vendredi

Menu Souris Verte

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Filet de **poisson MSC** à l'Estragon

Crozets BIO de Savoie au Pesto

Gâteau aux épinards de **l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾

Pain aux olives de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal



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



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....



Bon Appétit !





Menu des Couleurs

du 25 nov. au 1^{er} déc. 2024



Lundi

Menu alternatif

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ râpées

Couscous de légumes

Semoule BIO

Yaourt à la fraise de chez Collet ⁽⁴²⁾

Mardi

Pizza au fromage de **Rives** ⁽³⁸⁾

Filet de poulet français sauce barbecue

Courge HVE ⁽³⁸⁾ en béchamel

Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Alternatif : Pavé végétal

Jeudi

Menu alternatif

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Saucisse du Nord Isère ⁽³⁸⁾

Lentilles au jus de Thodure ⁽³⁸⁾

Gâteau de Savoie de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Crêpe au fromage

Vendredi

Menu Flamand

Concombre

Carbonade flamande viande régionale ⁽³⁸⁾

Ecrasé de **pommes de terre BIO** de Thodure ⁽³⁸⁾

Coulommiers

Alternatif : Aiguillettes de blé

Peux-tu nous citer
des spécialités Belges
ou Flamandes ?



Bon Appétit !





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** ⁽³⁸⁾
Kiwi HVE de chez Savajols ⁽²⁶⁾
 Alternatif : Boulettes de blé

Mardi

Menu alternatif

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾
 Omelette
Petits pois BIO au jus
Yaourt BIO du GAEC Lagrange à Léoncel ⁽²⁶⁾

Jeudi

Menu alternatif
 Salade Napoli
 Sauté de volaille française à la forestière
Carottes HVE de St Prim ⁽³⁸⁾ à la crème d'ail
 Gâteau au chocolat **de l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾
 Alternatif : Haricots blancs à la crème

Vendredi

Menu Cigogne

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



Que mange la
 cigogne ?

Un indice, je suis carnivore.

Bon Appétit !



Menu des Couleurs

du 9 au 15 décembre 2024



Lundi

Carottes râpées

Blanquette de veau français à l'ancienne

Riz BIO

Liégeois au chocolat

Alternatif : Blanquette de légumes

Mardi

Salade **pommes de terre BIO** ⁽³⁸⁾ & thon MSC

Saucisse au chou de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Courgettes HVE ⁽³⁸⁾ au fromage d'Ardèche ⁽³⁸⁾

Clémentine IGP de Corse

Alternatif : Salade de pommes de terre, Pavé végétal

Jeudi

Menu alternatif

Salade verte

Raviolis aux 3 fromages

de chez Saint Jean ⁽²⁶⁾ à la tomate

Purée de **pommes HVE** de Bougé Chambalud ⁽³⁸⁾

Pur Fruit sans sucre

Vendredi

Taboulé

Ragoût de **poisson MSC**

aux légumes

Cake BIO au citron de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾

Alternatif : Ragoût végétal



Bon Appétit !



Menu des Couleurs

du 16 au 22 décembre 2024



Lundi

Menu Montagnard

Chou kouki

Croziflette BIO
viande française

Yaourt à la châtaigne de chez Collet ⁽⁴²⁾

Alternatif : Croziflette végétale

Mardi

Menu alternatif

Salade de lentilles de Thodure ⁽³⁸⁾

Beignets de camembert

Haricots verts BIO en persillade

Kiwi HVE de chez Savajols ⁽²⁶⁾

Jeudi

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Boulettes de bœuf de chez Carrel ⁽³⁸⁾

Pommes smiley

Pomme BIO de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

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** ⁽³⁸⁾ aux châtaignes

Clémentine IGP de Corse

Macarons & chocolat de Noël

Alternatif : Terrine de légumes, feuilleté au fromage



Que mange les rennes
du Père-Noël ?

Un indice, je suis herbivore.



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.

Les rennes mangent tous les légumes-feuilles ou ce qui pousse dans la terre, et beaucoup de ces aliments sont bons pour les humains 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 un **cervidé** **migrateur** originaire des régions arctiques et subarctiques de l'Europe, de l'Asie et de l'Amérique du Nord.

Nous courons 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.