

LUNDI

Carottes râpées
Blanquette de **poisson label MSC**
Semoule
Yaourt nature BIO
Alternatif : Blanquette de légumes (avec légumineuses)

MARDI

Salade Vénitienne
Quenelles sauce aux olives
Brocolis en béchamel
Orange BIO

MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Gratin de riz d'Arielle

JEUDI

Salade de chou kouki
Boulettes de boeuf **de chez carrel** aux oignons
Spätzle
Cake façon forêt noire **de l'Etape Gourmande**
Alternatif : Boulettes au sarrasin et aux lentilles
Pain au maïs de l'Etape Gourmande

VENDREDI

Salade verte
Rougail de **saucisse de chez Carrel**
Riz Basmati
Fromage blanc d'Auvergne **de chez Gérentes**
Alternatif : Rougail aux haricots blancs

Repas **ALTERNATIF**

Menu d'**ALLEMAGNE**

Nouvelle **RECETTE**



SPÄTZLE,
préparation
culinaire
de pâtes est un
mot **SOUABE**
signifiant
MOINEAU.



Château de Neuschwanstein

LUNDI

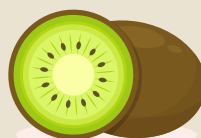
Betteraves BIO
Raviolis aux légumes du soleil BIO
de Saint Jean
Yaourt BIO du Léoncel dans le Vercors
Pomme BIO de la Vallée du Rhône

Menu BIO & ALTERNATIF

MARDI

Salade de pommes de terre & ciboulette
Rôti de **porc de chez Carrel** à la diable
Haricots verts BIO persillés
Kiwi d'Ardèche

Alternatif : Pois chiches à la tomate



MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Confit d'oignons de Franck

JEUDI

Emincé de boeuf de **chez Carrel** aux champignons
Coeur de blé
Saint Marcellin IGP
Compote BIO

Alternatif : Lentilles aux champignons

VENDREDI

Filet de **colin label MSC** meunière
Chou-fleur BIO en béchamel
Bûche crémeuse du Mézenc de **chez Gérentes**
Cake à la banane de **l'Etape Gourmande**

Alternatif : Oeuf dur

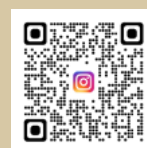
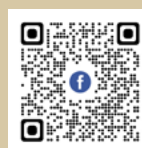
Nouvelle RECETTE



CAKE À LA BANANE



Suivez nous sur
FACEBOOK ou INSTAGRAM



▼
LUNDI
▲

Taboulé
Sauté de poulet *français* au jus
Epinards BIO au lait du **GAEC de Quincieu**
Compote
Alternatif : Oeuf dur



▼
MARDI
▲

Couscous végétal
Trio de céréales
Petit suisse aux fruits
Orange

Repas ALTERNATIF

▼
MERCREDI
▲

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Pain perdu d'Isabelle



▼
JEUDI
▲

Calamars à la Romaine
Carottes cuisinées à l'ail et au persil
Tomme du Châtelard **de chez Verdannet**
Crème dessert
Alternatif : Pavé végétal aux légumineuses



▼
 VENDREDI
▲

Tarator *soupe froide de concombre*
Mycaka *gratin de pommes de terre*
et de boeuf de chez Carrel
Yaourt BIO
Torta Garash revisité *chocolat et noix*
Alternatif : Mycaka aux champignons et aux lentilles corail

Menu de BULGARIE



Dans la
MOUSSAKA
bulgare «Мусака»,
les **LÉGUMES**
ont été **remplacés**
par des **POMMES**
DE TERRE.



Côte de la Mer Noire



GUILLAUD
Traiteur

Menus

du 13 au 19 mars 2023

LUNDI

Pizza au fromage **de Rives**
Sauté de poulet *français* aux **noix AOP de Grenoble**
Brocolis BIO sautés à l'ail et au persil
Orange

Alternatif : Aiguillettes au blé et à la carotte



Menu d'IRLANDE

MARDI

Pea soup *soupe de petits pois à la menthe*
Bear lamb meatballs *boulettes d'agneau français*
Steamed potatoes **pommes de terre BIO** à la vapeur
Apple from the Rhône Valley *pomme*

Alternatif : Boulettes végétales



MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Crumble courgettes & ricotta
de Carine



Repas ALTERNATIF

JEUDI

Salade Hollandaise
Dahl de lentilles aux épinards hâchés
Blé
Gâteau aux pépites de chocolat **Gourmand**



Repas MONTAGNARD

VENDREDI

Salade d'endives
Croziflette Savoyarde
et son jambon blanc *français*
Compote BIO

Alternatif : Oeuf dur & Croziflette végétale



L'agneau
est UN MET *réputé*
de la gastronomie
Irlandaise.
Tout comme la
SAINT PATRICK

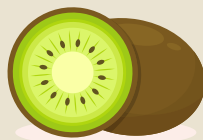


Sheep on Torr Head

▼
LUNDI
▲

Salade de pâtes
Filet de **Merlu label MSC** à la tomate
Beignets de légumes
Kiwi de l'Ardèche

Alternatif : Mini quenelles à la tomate



▼
MARDI
▲

Concombre
Spaghettis BIO
à la carbonara *viande française*
Fromage râpé
Cake BIO de l'Etape Gourmande

Alternatif : Spaghettis sauce aux petits pois et légumes



▼
MERCREDI
▲

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Poulet au paprika de Céline



▼
JEUDI
▲

Couscous garni *viande française*
& **sa semoule BIO**
Carré de l'Est
Orange

Alternatif : Couscous végétal

Pain de seigle de l'Etape Gourmande



▼
VENDREDI
▲

Salade de pommes de terre & ciboulette
Omelette au fromage
Haricots verts BIO
Fromage blanc d'Auvergne de chez Géroentes

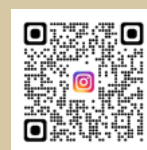
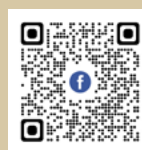
Repas ALTERNATIF



COUSCOUS DU CHEF



Suivez nous sur
FACEBOOK ou INSTAGRAM



▼
LUNDI
▲

Salade verte
Ragoût d'émincé de boeuf **de chez Carrel**
aux carottes et oignons
Stampot *Plat purée* **pommes de terre BIO**
Kruimelvlaai *Tarte fourrée à la crème*
Alternatif : Tomate farcie végétale

Menu des PAYS-BAS

▼
MARDI
▲

Betteraves
Cordon bleu *viande française*
Petits pois au jus
Fromage blanc BIO
Alternatif : Beignets au fromage

▼
MERCREDI
▲

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Hachis parmentier de Nathalie

▼
JEUDI
▲

Haut de cuisse de poulet *français*
Purée de **potimarron BIO** de Jarcieu
Bournette du Vercors **de Vercors lait**
Gâteau aux noix **de l'Etape Gourmande**
Alternatif : Lentilles au jus

▼
VENDREDI
▲

Houmous à tartiner
Lasagnes
de légumes
Compote

Repas ALTERNATIF



Le
STAMPPOT
OU **PLAT PURÉE**
PEUT ACCOMPAGNER
un **ragoût**
DE VIANDES.



Kinderdijk aux Pays Bas

LUNDI

Yaourt nature
Coquillettes
sauce Arrabiata
Salade de lentilles

Repas ALTERNATIF

MARDI

Emincé de porc **de chez Carrel** à la Provençale
Pommes noisettes
Meule de Savoie **de la coop de Yenne**
Pomme **de la Vallée du Rhône**

Alternatif : Lentilles corail à la Provençale

MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT
recette **ANTI GASPI** sur 
Soupe de Frédéric

JEUDI

Mâche BIO
Chili con carne *viande de boeuf française*
Riz
Fromage blanc à la vanille
Alternatif : Chili sin carné

Menu MEXICAIN

VENDREDI

Filet de **poisson label MSC** meunière
Navets et pommes de terre en béchamel
La vachette & Tom à tartiner **de Papilles d'Ardèche**
Compote BIO
Alternatif : Pavé végétal



Suivez nous sur
FACEBOOK ou INSTAGRAM

