



MENU SEPTEMBRE - OCTOBRE

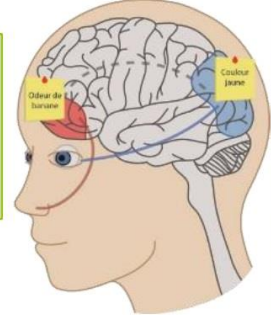


Du 23 au 29 septembre 2019		Du 30 septembre au 6 octobre 2019	Du 7 au 13 octobre 2019 NOTRE REGION A DU TALENT
LUNDI	MENU BIO Pastèque BIO Sauté de Poulet BIO sauce suprême Petits pois et oignons BIO Gâteau maison BIO	Carottes râpées Saucisse du Nord Isère (spc : volaille) Gratin Dauphinois Compote de pommes d'Isère	HAUTES ALPES Terrine des Hautes Alpes Gratin aux oreilles d'Anes Pomme des Hautes Alpes
MARDI	Hachis Parmentier de Canard Carré du Trièves BIO Prune	MENU ALTERNATIF Salade de chou kooki Pané de blé tomate & mozzarella Courgettes à la sauce tomate Riz au lait	SAVOIE Salade verte Tartiflette et Charcuterie Gâteau de Savoie du Chef et sa crème anglaise
JEUDI	Salade Verte Filet de Colin sauce Citron Riz safrané Petit Suisse nature	Taboulé Poisson pané Haricots verts persillés Yaourt de chez Collet aux Abricots	RHÔNE-ALPES Salade de Pommes de terre & ciboulette Saucisson lyonnais et cervelle des Canuts Cardons au jus Gâteau à la Praline
VENDREDI	Salade de Blé Sauté de Bœuf au Paprika Brocolis à la béchamel Raisin	Bœuf Bourguignon de notre région Beignets de chou-fleur Tomme de Domessin Nectarine	DRÔME-ARDECHE Salade verte & Caillette Sauté de volaille de la Drôme Ravioles à la crème Compote d'Anneyron

Les Menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des approvisionnements.

Nos viandes de porc, de bœuf et de dinde sont d'origine Française.
Les produits locaux de notre région sont indiqués en marron
Les produits issus de l'agriculture biologique sont indiqués en vert.

Il faut **oser découvrir** pour que ton cerveau enregistre de nouvelles saveurs (salé, sucré, amer ou acide...), Plus tu goûtes, plus tu **enrichies ta mémoire du goût!**
Commençons par les produits de notre terroir...



Menu Alternatif : je remplace les protéines animales par les protéines végétales.

Information allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO ») : les plats sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Gluten, Crustacés, Œufs, Poisson, Arachide, Soja, Lait, Fruits à coque, Céleri, Moutarde, Sésame, Anhydride sulfureux et Sulfites, Lupin, Mollusques.



MENU D'OCTOBRE

Du 14 au 20 octobre 2019	
LUNDI	MENU ALTERNATIF Salade de Chou Rouge Lasagne de Légumes Compote Bio
MARDI	Palette de Porc grillée à la Diabla (spc : volaille aux herbes) Lentilles aux petits oignons Buchette chèvre & vache Poire
JEUDI	Pot au Feu & ses légumes Brique du Vercors BIO Gâteau au Citron du Chef
VENDREDI	Melon Sauté de poulet à l'Estragon Chou-fleur sauté Semoule au lait

Les Menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des approvisionnements.

Nos viandes de porc, de bœuf et de dinde sont d'origine Française.
Les produits locaux de notre région sont indiqués en marron
Les produits issus de l'agriculture biologique sont indiqués en vert.

RECETTE DE LA SOUPE DE SORCIERE

- 1- Vide une courge à l'aide d'un adulte
- 2- Fais cuire ce que tu as enlevé sans les pépins dans une cocotte recouverte d'eau avec une gousse d'ail 30 mn.
- 3- Mixe et rajoute un peu de crème.

Selon les goûts tu peux rajouter avec parcimonie 5 vers de terre ou 2 araignées.

Puis décore ta Courge pour **HALLOWEEN**

Menu Alternatif : je remplace les protéines animales par les protéines végétales.

Information allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO ») : les plats sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Gluten, Crustacés, Œufs, Poisson, Arachide, Soja, Lait, Fruits à coque, Céleri, Moutarde, Sésame, Anhydride sulfureux et Sulfites, Lupin, Mollusques.

