

Menus thème 100 % du 11 au 17 septembre 2023



Menu 0 GASPI

*Je goûte et je finis
toute mon assiette !*

Lundi

Menu 0 GASPI pour la planète

Pizza au fromage de Rives
Jambon français grillé
Epinards en béchamel au lait de Quincieu
Petit suisse aux fruits
Pastèque
Alternatif : Oeufs durs

Mardi

Salade de perles aux petits légumes
Sauté de volaille française aux olives
Gratin de chou-fleur
Brique au lait de vache d'Ardèche et de Haute-Loire
Gâteau au chocolat de l'Etape Gourmande
Alternatif : Quenelles sauce tomate & olives

Si tu goûtes de tout et que tu termines ton assiette, tu as mangé équilibré et ton corps est en bonne santé !
Sinon, tu auras faim et tu seras fatigué.



Jeudi

Menu ALTERNATIF

Carottes râpées
Couscous de légumes
& Semoule
Meule de Savoie de la coopérative de Yenne
Compote aux abricots

Vendredi

Salade de lentilles
Emincé de bœuf de chez Carrel sauce au paprika
Beignets de courgettes
Yaourt nature
Raisin
Alternatif : Tarte au fromage de Rives

ZOOM
sur nos
partenaires
LOCAUX

Production de
lait, fromages,
fromages blancs et
yaourts de vache,
chèvre ou brebis.

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.
Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)



Fromagerie Gérentes
à Araules dans la Haute-Loire.

En savoir plus... www.guillaud-traiteur.com

