

# Menus thème 100 %

du 9 au 15 octobre 2023



## Menu 100 % goût ACIDE

Lundi

Salade verte label HVE des Jardins de Champagne  
Filet de poisson label MSC sauce aux agrumes  
Riz pilaf au citron  
Yaourt nature  
Compote de pommes et de rhubarbe  
Alternatif : Pavé végétal

## Menu 100 % goût SALÉ

Mardi

Chou kouki et ses dés de mimolette  
Tranche de jambon français cuit à l'os  
Coquillettes  
Crème au caramel et au beurre salé  
Alternatif : Coquillettes sauce arrabbiata

Menu  
100 %  
Goût

Grâce à Guillette, tu as des animations pour te faire découvrir les fruits et les légumes !  
Tes parents jouent également un rôle essentiel pour te faire goûter des aliments sains et variés.



Jeudi

## Menu 100 % goût AMER et ALTERNATIF

Endives  
Falafels BIO de Sassenage  
sauce au fromage blanc et à la menthe  
Choux de Bruxelles et pommes de terre HVE de Gillonnay  
Mousse au chocolat noir

## Menu 100 % goût SUCRÉ

Vendredi

Potage au potimarron label HVE de Saint Prim  
Boulettes de bœuf de chez Carrel aux oignons caramélisés  
Carottes label HVE au miel et à la châtaigne  
Yaourt à la châtaigne de la Ferme Collet  
Cake à la praline de l'Etape Gourmande  
Alternatif : Boulettes végétales

ZOOM  
sur nos  
partenaires  
LOCAUX

Production de  
falafels BIO

Le FALAFEL est composé de pois chiches de Mab'bio dans la Drôme, du persil de Xavier Moget à Sassenage et de Christophe à Biliou, d'oignon, d'ail de la Drôme, de coriandre, et d'épices.

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 »

Falafels & co, Fathi, Amana et Sylvie  
à Sassenage dans l'Isère



En savoir plus... [www.guillaud-traiteur.com](http://www.guillaud-traiteur.com)

