



Menu des Couleurs

du 7 au 13 juillet 2025



Lundi

Tarte au fromage **de Rives** ⁽³⁸⁾
Sauté de bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ aux olives
Courgettes BIO de Bougé-Chambalud ⁽³⁸⁾ persillées
Yaourt nature
Compote
Alternatif : Mini-quenelles sauce aurore

Mercredi

Betteraves
Filet de **colin label MSC** sauce au citron
Semoule BIO
Buchette de chèvre
Melon
Alternatif : Curry de pois chiches

Mardi

Carottes HVE de Saint Prim ⁽³⁸⁾ râpées
Merguez de chez Carrel ⁽³⁸⁾
Rösties
Fromage blanc nature BIO
Fruits au sirop
Alternatif : Tomate farcie végétale

Jeudi

Alternatif

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾
Chili sin carné
Riz BIO
Saint Marcellin IGP ⁽³⁸⁾
Cake aux pépites de chocolat ⁽³⁸⁾

Vendredi

Salade vénitienne BIO
Emincé de porc **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ au jus
Epinards en béchamel
Carré de l'Est
Nectarine HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Omelette



Bon Appétit !

Quelles épices met-on dans le chili ?

Du piment fort, cumin, paprika, ail et clou de girofle moulus.



Menu des Couleurs

du 14 au 20 juillet 2025



BASTILLE

• 14 Juillet •

Mardi

Alternatif

Coleslaw

Coquillettes BIO

Sauce aux lentilles corail

Petit suisse nature

Ananas au sirop

Jeudi

Menu plaisir

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Nugget's de poulet français

Pommes dauphines

Sauce au fromage blanc

Cake au chocolat **Gourmand** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Nugget's de blé

Peut-être dégusté
avec les nuggets

Mercredi

Taboulé

Emincé de volaille française au jus

Ratatouille

Brique de chèvre

Compote BIO

Alternatif : Omelette

Vendredi

Repas froid

Salade Napoli

Jambon blanc français

Concombre sauce fromage blanc

Carré du Trièves BIO

Abricot HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Terrine de légumes

Que signifie le mot
«nuggets»?

Anglicisme masculin
qui signifie croquette
panée et frite.



Bon Appétit !



Menu des Couleurs

du 21 au 27 juillet 2025



Lundi

Alternatif

Salade de **lentilles BIO** & ciboulette
Roulé au fromage **de Rives** ⁽³⁸⁾
Haricots beurre à la tomate
Tomme **du Châtelard** ⁽³⁸⁾
Compote

Mercredi

Menu Dauphin

Salade piémontaise
Filet de **poisson label MSC** meunière
Gratin de **courgettes BIO** ⁽²⁶⁾
Fromage blanc **de chez Gérentes** ⁽⁴³⁾
Nectarine HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Pavé végétal

Mardi

Tomates cerises HVE de Ville-sous Anjou ⁽³⁸⁾
Couscous merguez **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾
Semoule BIO
Yaourt aux myrtilles **de chez Collet** ⁽⁴²⁾
Meringue **de la biscuiterie Louvat** ⁽³⁸⁾
Alternatif : Couscous végétal

Jeudi

Melon
Rôti de porc **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ à la dijonnaise
Riz
Yaourt nature BIO
Salade de fruits
Alternatif : Rougail aux haricots

Vendredi

Betteraves
Sauté de volaille **française** au thym
Pennes
Saint Marcellin IGP BIO ⁽³⁸⁾
Abricot HVE de la Vallée du Rhône
Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois



Connais-tu mon régime alimentaire ?

Un indice, je suis carnivore.





Menu des Couleurs

du 28 juillet au 3 août 2025



Lundi

Repas froid

Macédoine

Jambon blanc français

Salade de perles légumières

Buchette

Fruits au sirop

Alternatif : Oeuf dur

Mercredi

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Sauté de bœuf de chez Carrel à la Provençale

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

Faisselle

Pêche HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Tomate farcie végétale

Vendredi

Alternatif

Houmous de petits pois & pois chiches

Raviolis BIO aux légumes du Soleil

de Saint Jean ⁽²⁶⁾ à la crème

Petit suisse nature

Pastèque

Mardi

Coleslaw

Poisson label MSC aux céréales

Carottes HVE de St Prim ⁽³⁸⁾ en persillade

Verchicors BIO ⁽³⁸⁾

Semoule au lait

Alternatif : Crêpe au fromage

Jeudi

Salade de riz

Haut de cuisse de poulet français au jus

Ratatouille

Fromage blanc à la vanille

Cake BIO nature de l'**Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

 **Bon Appétit !** 

Un large choix de
salades du Chef ?

Pour vous régaler en entrée.





Menu des Couleurs

du 4 au 10 août 2025



Lundi

Betteraves
Spaghettis
à la carbonara **viande française**
Fromage râpé
Compote BIO

Alternatif : Spaghettis sauce petits pois & légumes

Mercredi

Salade de Risoni
Filet de **poisson label MSC** au curry
Flan de **courgettes BIO** ⁽²⁶⁾
Carré du Trièves BIO ⁽³⁸⁾

Cake aux pépites de chocolat ⁽³⁸⁾

Alternatif : Quenelles sauce au curry

Vendredi

Alternatif

Taboulé BIO

Pané au gouda

Epinards en béchamel

Bleu de Sassenage ⁽³⁸⁾

Nectarine HVE de la Vallée du Rhône

Mardi

Alternatif

Macédoine

Sauté de volaille **française** à la dijonnaise

Lentilles au jus

Fromage blanc nature BIO

Melon

Alternatif : Tortilla

Jeudi

Carottes label HVE ⁽³⁸⁾ râpées

Chipolatas **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ aux herbes

Purée de **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾

Yaourt nature

Abricot HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Samoussas de légumes

 **Bon Appétit !** 





Menu des Couleurs

du 11 au 17 août 2025



Lundi

Crêpe au fromage
Poisson label MSC sauce au citron
Haricots verts BIO en persillade
Petit suisse nature
Salade de fruits frais
Alternatif : Pavé végétal

Mercredi

Céleri en rémoulade
Boulettes de bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ au jus
Mogettes à la tomate
Meule **de Savoie** ⁽⁷³⁾
Pastèque
Alternatif : Aiguillettes de blé & carottes

Mardi

Repas Froid

Tomates cerises HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾
Jambon blanc français
Salade **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾ & ciboulette
Yaourt nature
Crème dessert
Alternatif : Terrine de légumes

Jeudi

Alternatif

Salade de **lentilles BIO**
Lasagnes à la ricotta
et aux épinards
Saint Marcellin IGP ⁽³⁸⁾
Cake BIO au citron **de l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾

Vendredi



Bon Appétit !





Menu des Couleurs

du 18 au 24 août 2025



Lundi

Menu couleur Harfang des neiges

Coleslaw

Sauté de poulet français à la basquaise

Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ rissolées en persillade

Verchicors ⁽³⁸⁾

Compote BIO

Alternatif : Pois chiches à la Basquaise

Mercredi

Alternatif

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾

Rougail aux haricots

Riz BIO

Petit suisse

Cake de l'Étape Gourmande ⁽³⁸⁾

Mardi

Alternatif

Salade de **cœur de blé BIO** à la Provençale

Filet de **poisson label MSC** meunière

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ à la crème d'ail

Bleu doux **d'Auvergne** ⁽⁴³⁾

Flan au chocolat

Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

Jeudi

Repas Froid

Betteraves

Pâté en croûte **viande française**

Salade Napoli

Carré du Trièves BIO

Fruit

Alternatif : Tarte au fromage

Vendredi

Gaspacho de tomates

Emincé de bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ à la Provençale

Purée de **pommes de terre HVE** ⁽³⁸⁾ et navets

Fromage blanc BIO

Nectarine HVE de la Vallée du Rhône

Alternatif : Pavé végétal



Bon Appétit !

Tout savoir sur Hedwige..

On m'appelle chouette mais j'appartiens au genre Bubo, le même que les hiboux grands-ducs. Peux-tu me citer une Hedwige célèbre ?



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.

Hedwige, est bien plus qu'un simple animal de compagnie pour Harry Potter. Elle symbolise son lien avec le monde magique dès qu'elle lui est confiée par Hagrid. Toujours présente, elle témoigne d'une loyauté indéfectible envers son jeune maître.



GUILLAUD
Traiteur



Menu des Couleurs

du 25 au 31 août 2025



Lundi

Salade Piémontaise
Accras de morue
Haricots verts BIO en persillade
Fromage
Fruits au sirop
Alternatif : Beignets de fromage

Mercredi

Salade de riz
Aiguillettes de poulet français au jus
Ratatouille
Faisselle
Fruit
Alternatif : Boulettes de blé

Vendredi

Alternatif
Feuilleté au fromage
Oeufs brouillés
Epinards en béchamel
Petit suisse
Melon

Mardi

Alternatif
Macédoine
Palette de porc de chez Carrel à la moutarde
Coquillettes BIO
Yaourt BIO du Vercors ⁽²⁶⁾
Crème dessert
Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail

Jeudi

Salade verte HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾
Lasagnes à la bolognaise
viande française
Fromage
Compote BIO
Alternatif : Lasagnes de légumes



MERCREDI

23 Juillet

2025

Longévité
60 ans

Taille
2 m

Poids
75 Kg

DAUPHIN

BLEU

DAUPHIN

BLEU

DAUPHIN

BLEU

Les dauphins sont des **mammifères marins à sang chaud** qui respirent de l'air.

Ce sont des animaux **intelligents, sociaux et joueurs** qui se retrouvent dans l'ensemble des eaux du monde et même en eau douce !

Les dauphins **communiquent** par des couinements, des cliquetis et des sifflements.

L'écholocation permet aux dauphins de « voir » en interprétant les échos des ondes sonores qui rebondissent sur les objets proches d'eux dans l'eau.

RÉGIME ALIMENTAIRE...

Proches du sommet de la chaîne alimentaire, ils consomment également beaucoup d'espèces de poissons consommées par les humains, ce qui en fait de bons indicateurs de l'évolution de la santé des océans.

- LES FILETS DE PÊCHE CONSTITUENT DES PIÈGES MORTELS QUI CAUSENT LA MORT DE 10 000 DAUPHINS EN FRANCE CHAQUE ANNÉE. L'EUROPE A MIS EN DEMEURE LA FRANCE ET L'ESPAGNE DE METTRE UN TERME   LA DESTRUCTION DES DAUPHINS - AU DELÀ DE 8MN SOUS L'EAU IL MEURT NOYÉ -

Espèce
Massacr e
et
Menacée

LUNDI

18 août

2025

Longévité
17 ans

Taille
60 cm

Poids
2 Kg

ARFANG

DES NEIGES

ARFANG

DES NEIGES

ARFANG

DES NEIGES



Je vis dans la **Toundra, le Canada et l'extrême Arctique**. Il y a 15000 ans, je vivais en France dans la plaine d'Aquitaine.

Les yeux du Harfang **ne roulent pas** dans leur orbite, ce qui oblige l'oiseau à tourner la tête pour regarder sur le côté.

Il avale ses petites proies tout entières. **Des sucs gastriques très puissants** dissolvent la chair tandis que les os, les dents, la fourrure et les plumes indigestes sont comprimés en **pelotes** que l'oiseau **régurgite** de 18 à 24 heures plus tard.

RÉGIME ALIMENTAIRE...

Je suis carnivore, je chasse aussi bien le jour que la nuit des rongeurs, oiseaux et lemmings (*rongeurs voisin de la souris dans la région arctique : ce sont eux qui embêtent l'ours dans le dessin animé Grizzly*). Pour survivre, il faut que je mange 12 rongeurs par jour.

- JE CONSTITUE UN MAILLON IMPORTANT DANS LA CHAÎNE ALIMENTAIRE DE L'ÉCOSYSTÈME DE LA TOUNDRA -
- JE LIMITE NATURELLEMENT LES POPULATIONS DE RONGEURS DES RÉGIONS AGRICOLES-
- JE SUIS MENACÉ PAR LE CHANGEMENT CLIMATIQUE -

Espèce
Vulnérable
**CHASSE
INTERDITE**