

# Menus thème 100 % Mercredis de janvier 2024

## Menu **ALTERNATIF**

10 janvier

Salade de lentilles  
Omelette  
Brocolis en béchamel  
Petit suisse  
**Poire label HVE de la Valloire**

## Menu 100% **GREC**

17 janvier

Houmous  
Moussaka  
**viande française**  
Yaourt à la Grecque  
Orange  
*Pain de Campagne de l'Étape Gourmande*  
*Alternatif : Moussaka végétale*

24 janvier

Salade de petits pois & lentilles  
Emincé de dinde **française** au jus  
**Carottes label HVE (38)** cuisinées à l'ail et au persil  
Carré de l'Est  
Salade de fruits  
*Alternatif : Omelette au fromage*

## Menu découverte du **MAÏS**

31 janvier

Velouté de maïs  
Steak haché **de notre région**  
Polenta crémeuse  
Verchicors **de la laiterie Vercors lait**  
**Pomme label HVE de chez Serge Figuet**  
*Alternatif : Tomate farcie végétale*

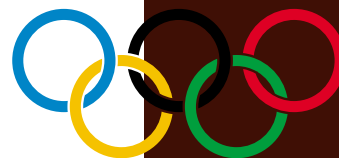
*Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne  
et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.*

Les plats peuvent contenir des allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO »)

*De la Péloponnèse, la Flamme  
Olympique rejoindra Athènes...*



Menus  
100 %  
Grec pour  
les J.O.



# Menus thème 100 % mercredis de février 2024

7 février

Salade de perles légumières  
Filet de **poisson label MSC** pané  
Ratatouille du Chef  
Camembert  
Mousse au chocolat  
Alternatif : Tortilla

## Menu 100% **SAINT VALENTIN**

14 février

Salade *d'amour* croquante  
Filet de **poisson MSC** crémé au citron  
sur lit de purée de pois cassés  
**Carré du Trièves label HVE** pour fondre de plaisir  
Salade de fruits *colorée et vitaminée*  
Alternatif : Nugget's de blé

Menu  
100 %  
Amour

La **SAINT VALENTIN** n'est pas réservée  
qu'aux amoureux mais aussi aux personnes  
qui s'aiment

Qu'est-ce qui a 13 coeurs ?

*Indice : tu t'en sers pour faire des réussites...*

*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 »)

Nous vous souhaitons de belles  
 vacances d'hiver.

