


















	Du 5 au 9 Novembre 2018	Du 12 au 16 Novembre 2018	Du 19 au 25 Novembre 2018	Du 26 Novembre au 2 Décembre 2018
LUNDI	<b>Sauté de Poulet</b> Chasseur Purée de Carotte du Chef <b>Yaourt Local Nature</b> Kiwi	Salade de <b>haricots verts</b> Lasagnes Flan à la vanille	Velouté de Potiron  Omelette au fromage Petits pois au jus <b>Kiwi</b> 	<b>Carottes râpées</b> Sauté de Bœuf Strogonoff Beignets de salsifis <b>Yaourt de la Loire à la Châtaigne</b> 
MARDI	Salade Verte Choucroute Garnie <i>Spc</i> : Choucroute de poisson <b>Crème dessert au Chocolat</b>	<b>MENU ALTERNATIF</b> Boulettes (Sarrazin, lentilles et légumes) Purée de carotte et pomme de terre  <b>Tomme des Essarts</b> Raisin 	Salade Coleslaw <b>Quenelles de brochet</b> à la crème Flan de légumes Gâteau roulé aux framboises du Chef 	<b>MENU BIO</b> <b>Haut de cuisse de poulet aux herbes</b> <b>Coquillettes Carré du Trièves</b>  Pomme 
JEUDI	 Chou kouki Emincés de Bœuf au Paprika <b>Coquillettes</b> Yaourt Nature	 Salade endives et noix Sauté de porc aux olives <i>Spc</i> : sauté de dinde Pommes noisettes <b>Fromage Blanc nature</b>	Blanquette de dinde Carottes sautées <b>Saint Marcellin</b> Banane 	Salade verte Tartiflette et sa charcuterie <i>Spc</i> : tartiflette de volaille <b>Petit suisse nature</b> 
<b>MENU SUÉDOIS</b>	Cubes de Saumon sauce aneth Pommes de terre grenaille Petit suisse Nature Tarte Pomme rhubarbe 	Filet de Colin Epinards béchamel <b>Picodon</b> Poire 	Radis et beurre Steak haché au jus Riz à la tomate <b>Yaourt nature</b> 	Filet de poisson meunière et citron Poêlée de légumes <b>Tomme du Chatelard</b> Clémentine 



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.



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

Pour avoir du **Punch** et une **Bonne santé**  
**CROQUE DANS 5 FRUITS ou LEGUMES PAR JOUR**  
 C'est plein de fibres et de vitamines !