

# Menus du Midi

du 16 au 22 octobre 2023

Lundi

**Salade verte HVE de Baptiste Lemoine**  
Filet de **poisson label MSC**  
aux agrumes & son riz  
Yaourt  
Compote  
*Alternatif : Tajine de légumes*

Mardi

Carottes râpées  
Jambon braisé **de chez Carrel**  
Coquillettes  
Fromage  
Crème caramel au beurre salé  
*Alternatif : Coquillettes sauce arrabiata*

Mercredi

Mortadelle  
Riz aux saveurs Umami  
Légumes & poulet **français**  
Bleu doux du Mezenc  
Pruneaux au sirop  
*Alternatif : Salade marocaine, Omelette*

Jeudi

Salade d'endives  
Potée Auvergnate  
et sa charcuterie **française**  
Fromage blanc  
Gâteau au yaourt de l'Etape Gourmande  
*Alternatif : Potée végétale*

Vendredi

**Salade verte HVE de l'Isère**  
Boulettes de bœuf **de chez Carrel**  
**Carottes HVE** oignons et châtaignes  
Yaourt  
Fruit  
*Alternatif : Boulettes végétales*

Samedi

Céleri en rémoulade  
Rognons **français** à la sauce madère  
Pommes de terre HVE vapeur  
Fromage  
Liégeois au chocolat  
*Alternatif : Feuilleté aux légumes*

Dimanche

Blancs de poireaux en vinaigrette  
Filet de **poisson MSC** à la bordelaise  
Tomates à la Provençales  
& pommes duchesses  
Faisselle - Crème dessert au café  
*Alternatif : Champignons à la crème*

*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 »)



ZOOM  
sur nos  
partenaires  
LOCAUX

*Producteur de  
légumes feuilles,  
légumes d'été,  
fraises et  
potimarrons.*



Les Jardins de Champagne, Baptiste Lemoine  
à Jarcieu dans l'Isère.

16/10/2023

Diabétique

22/10/2023

Midi

Soir

LUNDI 16/10/23	Salade verte Filet de poisson aux agrumes Riz et légumes tajine Yaourt nature Compote	Salade piémontaise (150 gr) Sauté de dinde aux champignons Epinards béchamel Fromage Fruit
MARDI 17/10/23	Carottes râpées Jambon braisé Coquillettes et flan de courgettes Fromage Mousse café sans sucre	Salade de pommes de terre ciboulette (150 gr) Steak de thon au concassé de tomates Ratatouille Petit suisse nature Salade de fruits
MERCREDI 18/10/23	Salade marocaine (150 gr) Riz aux légumes et poulet Fromage du Mezenc Fruit	Salade coleslaw Croque monsieur Haricots verts Yaourt nature Compote
JEUDI 19/10/23	Salade endives Escalope de porc au jus Potée au vergnate Fromage blanc nature Cake nature sans sucre	Salade de haricots verts Raviolis de bœuf Légumes vapeur Fromage râpé Fruit
VENDREDI 20/10/23	Salade verte Boulettes de bœuf Carottes aux oignons et pommes noisettes Yaourt nature Fruit	Salade coleslaw Gâteau de foie Quenelles aux olives Fromage Fruit
SAMEDI 21/10/23	Celeri vinaigrette Rognons au madere Pommes de terre vapeur et poêlée de légumes Fromage Mousse cacao sans sucre	Salade de lentilles (150 gr) Emincé de porc au jus Brocolis béchamel Fromage blanc nature Fruit
DIMANCHE 22/10/23	Blancs de poireaux vinaigrette Filet de poisson à la bordelaise Tomates provençales / pommes duchesses Faisselle Crème brûlée sans sucre	Salade verte Cuisse de canard confite Médailon de polente et flan de légumes Fromage Compote

Les Menus sont susceptibles d'être modifiés en fonction des approvisionnements. [www.guillaud-traiteur.com](http://www.guillaud-traiteur.com)

Information allergènes (selon règlement CE 1169/2011 dit « INCO ») : les plats sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Gluten, Crustacés, Œufs, Poisson, Arachide, Soja, Lait, Fruits à coque, Céleri, Moutarde, Sésame, Anhydride sulfureux et Sulfites, Lupin, Mollusques.