



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 06 novembre au 12 novembre

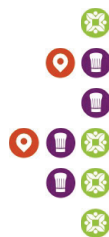
LUNDI

Betteraves **BIO** en salade
 Salade de choux fleur vinaigrette
 Lasagnes bolognaise
 Pâtes au thon et sauce tomate
 Saint paulin **BIO**
 Cocktail de fruits sans sucre
 Fruit **BIO** de saison



MARDI

Maïs **BIO** en salade
 Salade de perles Alpina Savoie
 Aiguillettes de poulet au thym
 Quenelles **BIO** en Gratin
 Carottes **BIO** persillées
 Yaourt nature **BIO**
 Compote de pommes bananes / Fruit de saison



MERCREDI

JEUDI

Potage parmentier
 Taboulé
 Jambon blanc
 Oeufs durs **BIO** piperade
 Haricots verts **BIO** persillés
 Carré du Trièves **BIO**
 Fruit de saison / Compote pomme abricot



VENDREDI

Salade d'endives sauce tartare
 Salade verte fraîche
 Croque Monsieur
 Filet de colin sauce citron
 Riz **BIO**
 Petit suisse **BIO** aromatisé
 Gâteau du chef framboise speculos /Fruit de saison



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

- L'eau
- Les céréales
- Les fruits et légumes
- Les laitages
- La viande, le poisson, les œufs
- Les matières grasses
- Les sucreries





MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 13 novembre au 19 novembre

LUNDI

Carottes râpées vinaigrette
 Fenouil sauce tartare
 Boulette de lentilles **BIO** sauce curryMe
 rguéz à l'orientale
 Semoule **BIO**
 Saint nectaire
 Fruit **BIO** / Compote de pommes coings



MARDI

Salade de perles Alpina Savoie
 Salade de pomme de terre **BIO**
 Blanquette de volaille Label Rouge à l'ancienne
 Filet de poisson meunière
 Petits pois au jus
 Camembert **BIO**
 Fruit de saison / Compote pomme framboise



MERCREDI

JEUDI

Coeurs de palmier vinaigrette
 Macédoine mayonnaise
 Filet de lieu sauce ciboulette
 Sauté de veau au jus
 Chou fleur béchamel **BIO**
 Yaourt nature **BIO** Local (vrac)
 Beignet au chocolat / Fruit



VENREDI

Salade coleslaw
 Salade iceberg
 Mac and cheese
 Steak haché au jus
 Torti **BIO**
 Cheddar
 Milk shake du chef / Fruit de saison



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
 Les céréales
 Les fruits et légumes
 Les laitages
 La viande, le poisson, les œufs
 Les matières grasses
 Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 20 novembre au 26 novembre

LUNDI

Salade de blé à l'orientale
 Salade de boulghour **BIO**
 Calamar à la romaine
 Sauté de volaille sauce marengo
 Carottes **BIO** persillées
 Verchicors
 Flan vanille nappé caramel **BIO** / Fruit



MARDI

Salade de brocolis vinaigrette
 Salade de haricots verts **BIO**
 Sauté de boeuf **BIO** aux épices
 Tarte au fromage
 Lentilles au jus
 Petite tomme **BIO** du Trièves
 Compote pommes cassis / Fruit



MERCREDI

JEUDI

Chou blanc frais mayonnaise
 Salade verte **BIO**
 Tartiflette
 Filet de poisson sauce julienne
 Gratin de pommes de terre au fromage à tartiflette
 Yaourt nature **BIO** Local (vrac)
 Compote de pommes / Fruit



VENREDI

Salade de riz **BIO**
 Taboulé
 Normandin de veau
 Omelette nature
 Epinards hachés **BIO**
 Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
 Fruit **BIO** de saison / Fruit



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
 Les céréales
 Les fruits et légumes
 Les laitages
 La viande, le poisson, les œufs
 Les matières grasses
 Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



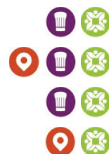
MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 27 novembre au 03 décembre

LUNDI

Terrine de campagne *
 Terrine de légumes
 Filet de lieu sauce ciboulette
 Sauté de volaille sauce forestière
 Boulghour **BIO** aux petits légumes
 Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
 Compote pomme framboise / Fruit



MARDI

Coleslaw **BIO** du chef
 Salade iceberg
 Quenelles sauce blanche
 Sauté de veau au paprika
 Poireaux frais et Pommes de terre béchamel
 Camembert **BIO**
 Crème chocolat (ferme du Chambon) / Fruit



MERCREDI

JEUDI

Céleri râpé frais rémoulade
 Fenouil sauce tartare
 Nuggets végétal
 Sauté de boeuf **BIO** aux épices
 Poêlée de légumes frais **BIO** (carottes, navets)
 Yaourt nature **BIO**
 Gâteau aux pommes du chef / Fruit de saison



VENREDI

Carottes râpées vinaigrette
 Salade d'endives sauce tartare
 Paupiette de veau à la moutarde
 Blanquette de poisson
 Ecrasé de pommes de terre **BIO** du chef
 Cantal AOP
 Fruit **BIO** de saison / Purée pomme fraise



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
 Les céréales
 Les fruits et légumes
 Les laitages
 La viande, le poisson, les œufs
 Les matières grasses
 Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 04 décembre au 10 décembre

LUNDI

Chou blanc frais mayonnaise
 Salade verte **BIO**
 Filet de poisson sauce tomate basilic
 Sauté de boeuf RAV au jus
 Flageolets au jus
 Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)
 Fruit **BIO** de saison / Fruit



MARDI

Salade de pépinettes
 Salade de riz **BIO**
 Boulettes de blé façon thaï
 Saucisse de volaille **BIO** au jus
 Carottes **BIO** persillées
 Bûche du pilat
 Fruit **BIO** / Compote de pommes



MERCREDI

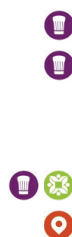
JEUDI

Coleslaw **BIO** du chef
 Pamplemousse rose
 Filet de colin sauce crème
 Steak haché au jus
 Epinards hachés **BIO**
 Petite tomme **BIO** du Trièves
 Ile flottante / Fruit de saison



VENREDI

Macédoine mayonnaise
 Velouté de courges
 Lasagnes de légumes
 Rôti de dinde à l'italienne
 Riz **BIO**
 Yaourt de la ferme du Chambon
 Donuts / Fruit



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
 Les céréales
 Les fruits et légumes
 Les laitages
 La viande, le poisson, les œufs
 Les matières grasses
 Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 11 décembre au 17 décembre

LUNDI

Pamplemousse rose
Salade verte
Calamar à la romaine
Chipolatas au jus
Potatoes
Saint paulin **BIO**
Crème onctueuse au chocolat / Fruit



MARDI

Salade de blé **BIO**
Taboulé
Filet de colin sauce citron
Paupiette de veau à la crème
Brocolis à la béchamel
Verchicors **BIO**
Compote de pommes coings / Fruit



MERCREDI

JEUDI

Salade de pâtes
Salade de pomme de terre **BIO**
Emincé de volaille LR au jus
Oeufs durs à la piperade
Poêlée de légumes **BIO**
Saint nectaire
Flan vanille / Fruit



VENDREDI

Salade d'haricots beurre
Velouté de légumes du chef
Blanquette de veau façon à l'ancienne
Pâtes **BIO**
Macaroni **BIO** à la bolognaise végétale **BIO**
Yaourt aromatisé **BIO**
Fruit **BIO** / Compote pommes framboises



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 NOVEMBRE 2023 AU 24 DÉCEMBRE 2023 |

Solaize SCO SELF - Déjeuner

Du 18 décembre au 24 décembre

LUNDI

Macédoine mayonnaise
Salade de haricots verts **BIO**
Brandade de poisson du chef
Lasagnes ricotta épinards
Emmental **BIO**
Fruit **BIO** de saison
Fruit de saison



MARDI

Carottes râpées **BIO** au citron
Chou blanc frais mayonnaise
Filet de poisson sauce tomate basilic
Sauté de boeuf RAV au jus
Semoule **BIO**
Camembert **BIO**
Compote de poires / Fruit



MERCREDI

JEUDI

Menu de Noël

VENREDI

Salade de boulghour **BIO**
Salade de pâtes tricolores
Sauté de porc au curry
Crêpe au fromage
Epinards hachés **BIO**
Saint paulin **BIO**
Compote de pommes / Fruit



LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE



Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *