












## MENU SEMAINE 45

Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

<u>Lundi 05 novembre 2018</u>	<u>Mardi 06 novembre 2018 pain bio</u>
<p><b>avocat en vinaigrette</b>  <b>salade de carottes râpées mimosa</b>                      pamplemousse</p> <p>steak haché sauce barbecue                      filet de poisson pané /citron</p> <p><b>frites</b>  <b>pommes rissolées</b></p> <p>cantal                      assortiment de yaourts aux fruits bio </p> <p>ile flottante                      mousse au chocolat</p>	<p><b>salade d'ebly aux crevettes</b>  <b>salade de riz au thon</b>  <b>salade de pomme de terre cervelas murois*</b> </p> <p><b>navarin d'agneau</b>  <b>filet de lieu sauce bonne femme</b></p> <p><b>haricots verts persillés</b>  <b>choux fleurs en gratin</b></p> <p>brie                      fromage blanc nature</p> <p>pommes de l'isère                       assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>
<u>jeudi 08 novembre 2018</u>	<u>vendredi 09 novembre 2018 le périgord</u>
<p><b>rosette* cornichons</b>  <b>pâté en croûte*</b>  <b>rilette de thon maison</b></p> <p><b>dos de cabillaud sauce moutarde</b>  <b>sauté de bœuf</b></p> <p><b>coquillettes emmental râpé</b>  <b>boulgour</b></p> <p>assortiment                      de yaourts nature et aux fruits</p> <p><b>salade de fruits frais</b>                      assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>	<p><b>soupe de légumes bio</b>                       salade de betteraves rouges/celeri remoulade  <b>salade verte vinaigre de noix</b></p> <p><b>roti de porc cuit dans graisse de canard</b>  <b>haut de cuisse de poulet façon confit</b></p> <p><b>wok de légumes d'automne aux châtaignes</b>  <b>wok de légumes sans châtaignes</b></p> <p>fromage blanc                      chanteneige</p> <p><b>gateau périgourdin et sa crème anglaise</b>                      raisins</p>
Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges f,clément	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	<p>* ce plat contient du porc</p> <p>Production locale</p> <p>production bio/local</p> <p>production bio</p> <p>approuvée par "testeurs du sud grésivaudan"                      recette confectionnée dans notre cuisine</p> <p>cuisine certifiée Ecocert</p>
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;">     <p>écritre gras italique</p>  </div>	

## MENU SEMAINE 46







Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

<u>Lundi 12 novembre 2018</u>	<u>Mardi 13 novembre 2018</u>
<p style="text-align: center;"><b>pizza</b> roulé au fromage crêpe au fromage</p> <p style="text-align: center;"><b>filet de colin sauce tex mex</b> <b>escalope de porc* sauce brune</b></p> <p style="text-align: center;"><b>purée de carottes bio et local</b>  <b>gratin de butternut bio et local</b> </p> <p style="text-align: center;">buche du pilat fromage blanc aux fruits</p> <p style="text-align: center;"><b>raisin</b> <b>assortiment de fruits bio ou "bio /local"</b> </p>	<p style="text-align: center;"><b>salade verte bio et local au surimi</b>  <b>salade verte bio et local mimosa</b>  <b>salade endives bleu et croutons</b></p> <p style="text-align: center;"><b>nuggets de poulet</b> <b>boulette de bœuf sauce indienne</b></p> <p style="text-align: center;"><b>purée</b> <b>lentilles au jus</b></p> <p style="text-align: center;">emmental assortiment de yaourts aux fruits bio </p> <p style="text-align: center;"><b>cocktail de fruits au sirop</b> <b>compote de pommes "bio et local"</b> </p>
<u>jeudi 15 novembre 2018 pains spéciaux</u>	<u>vendredi 16 novembre 2018 potages maison</u>
<p style="text-align: center;"><b>carottes râpées/féta</b> <b>céleri mayonnaise olives noires</b> <b>salade verte bio et local à l'emmental</b> </p> <p style="text-align: center;"><b>omelette nature maison</b> <b>roti de veau façon marengo</b></p> <p style="text-align: center;"><b>choux de bruxelles aux lardons*</b> <b>petits pois aux oignons</b></p> <p style="text-align: center;">tomme blanche faisselle bio </p> <p style="text-align: center;">millefeuille <b>tarte nutella</b> </p>	<p style="text-align: center;"><b>velouté courgette /kiri</b> <b>velouté de butternut</b> <b>velouté de lentilles corail(recette testeurs)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>bourguignon de bœuf bio ou bio local</b>  <b>filet de merlu aux amandes</b></p> <p style="text-align: center;"><b>polenta</b> <b>torti emmental râpé</b></p> <p style="text-align: center;">saint marcellin tome de chèvre</p> <p style="text-align: center;">banane <b>assortiment de fruits bio ou "bio /local"</b> </p>
<p>Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges, f,clément</p>	<p>Visa de la Diététicienne,</p>
<p>Visa du Chef d'établissement,</p>	<p><b>* ce plat contient du porc</b></p> <p><b>Production locale</b></p> <p><b>production bio/local</b></p> <p><b>production bio</b></p> <p> <b>approuvée par "testeurs du sud grésivaudan"</b> <b>recette confectionnée dans notre cuisine</b></p> <p><b>cuisine certifiée Ecocert</b></p>
<p style="text-align: center;">    <b>écritre gras italique</b> </p>	

**menu Semaine 47**

Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

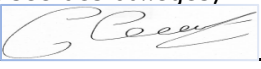
<u>Lundi 19 novembre 2018</u>	<u>Mardi 20 novembre 2018</u>
<p>avocat mayonnaise salade de mâche aux croutons pamplemousse</p> <p><b>haut cuisse de poulet caramélisé au coca</b> filet de colin sauce bonne femme</p> <p>épinards bio béchamel au lait bio  choux bio braisé </p> <p>morbier assortiment de yaourts aux fruits bio </p> <p>donnuts éclair chocolat</p>	<p><b>sardines citron</b> <b>jambon blanc cornichons*</b> <b>salami*/cornichons</b></p> <p><b>quenelle nature sauce financière</b> <b>tomate farcie</b></p> <p><b>riz</b> <b>riz au maïs</b></p> <p>assortiment de yaourts nature et aux fruits</p> <p>kiwi assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>
<u>Jeudi 22 novembre 2018</u>	<u>vendredi 23 novembre 2018</u>
<p><b>salade de betteraves/cœur de palmier</b> <b>potage de légumes</b> <b>poireaux vinaigrette mimosa</b></p> <p><b>filet de colin sauce crustacés</b> <b>émincé de bœuf stroganoff</b></p> <p><b>frites</b> <b>pommes dauphines</b></p> <p>mini roitelet fromage blanc nature</p> <p><b>smoothie maison</b> <b>assortiment de fruits bio ou "bio /local"</b> </p>	<p><b>salade d'eibly</b> <b>salade de perle océane</b> <b>salade de farfales jambon *</b></p> <p><b>escalope de dinde sauce forestière</b> <b>filet de poisson pané citron</b></p> <p><b>carottes bio sautées</b> <b>haricots verts persillés</b></p> <p>camembert petits suisses nature</p> <p><b>marrons suisses maison</b> <b>flan maison</b></p>

Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges, f.clément 	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	* ce plat contient du porc
    écrite gras italique 	Production locale production bio/local production bio approuvée par "testeurs du sud grésivaudan" recette confectionnée dans notre cuisine cuisine certifiée Ecocert

## MENU SEMAINE 48

Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

<u>Lundi 26 novembre 2018</u>	<u>Mardi 27 novembre 2018</u>
<p>salade de choux fleurs crus salade verte bio et local aux lardons*  <b>salade d'endives emmental/ croutons</b></p> <p><b>goulash viande bio ou bio local</b>  filet de hoki à la provençale</p> <p><b>torti emmental râpé semoule</b></p> <p>saint marcellin faisselle</p> <p>pêches au sirop compote pomme framboise bio </p>	<p><b>assortiment de crudités bio</b> </p> <p><b>cassolette de poisson crème/ciboulette côte de porc* sauce moutarde</b></p> <p><b>butternut bio local en purée lait bio</b>  <b>navets bio glacés à brun</b> </p> <p>kiri fromage blanc aux fruits</p> <p>tarte citron tropicane</p>
<u>Jeudi 29 novembre 2018 pain bio</u>	<u>Vendredi 30 novembre 2018</u>
<p><b>salade de coquillettes salade de riz au thon salade de pomme de terre au jambon*</b></p> <p><b>émincé de volaille à l'ancienne gratin de fruits de mer</b></p> <p><b>carottes persillées petits pois à la française*</b></p> <p>assortiment de petits suisses aromatisés</p> <p><b>salade de fruits frais</b> assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>	<p><b>salade de carottes râpées bio</b>  salade verte bio et local bleu de sassenages  1/2 pamplemousse</p> <p><b>saucisse* muroise façon toulouse grenadin de veau</b> </p> <p><b>pommes noisettes pommes roasti</b></p> <p>tome de savoie gruyère</p> <p>blanc manger coco "recette testeur" crème caramel maison</p>

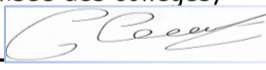






Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges, f.clément 	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	<p><b>* ce plat contient du porc</b></p> <p>Production locale</p> <p>production bio/local</p> <p>production bio</p> <p>approuvée par "testeurs du sud grésivaudan" recette confectionnée dans notre cuisine</p> <p>cuisine certifiée Ecocert</p>



## MENU SEMAINE 49

Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collègues et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

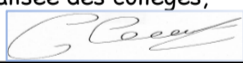




<u>Lundi 03 décembre 2018 pains spéciaux</u>	<u>Mardi 04 décembre 2018</u>
<p style="text-align: center;"><i>salade de lentilles saucisse fumée*</i>  <i>salade de pépinettes au thon</i>  <i>salade de riz au maïs</i></p> <p style="text-align: center;"><i>filet de lieu sauce corail</i>  <i>escalope viennoise</i></p> <p style="text-align: center;"><i>poêlée de légumes frais</i>  <i>brocolis en gratin</i></p> <p style="text-align: center;">comté                      assortiment de yaourt nature bio </p> <p style="text-align: center;">orange                      assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>	<p style="text-align: center;"><i>buffet</i>  <i>de</i>  <i>crudités</i></p> <p style="text-align: center;"><i>cuisse de pintade grand-mère*</i>  <i>estouffade provençale isérois ou bio local</i> </p> <p style="text-align: center;"><i>ebly</i>  <i>coquillettes emmental râpé</i></p> <p style="text-align: center;">mini pavé d'affinois                      comté</p> <p style="text-align: center;">liegeois chocolat  <i>liegeois aux fruits</i></p>
<u>jeudi 06 décembre 2018 Espagne</u>	<u>vendredi 07 décembre 2018 spécial wrap</u>
<p style="text-align: center;"><i>roquette aux croustons</i>  <i>velouté de poireaux /choux fleurs</i>  <i>pamplemousse</i></p> <p style="text-align: center;"><b>PAELLA</b>  <i>maison au chorizo *et poulet</i></p> <p style="text-align: center;"><i>sans chorizo *</i>  <b>0</b></p> <p style="text-align: center;">assortiment                      petits fromages</p> <p style="text-align: center;">creme catalane maison                      fruits de saison</p>	<p style="text-align: center;"><i>wrap au surimi</i>  <i>wrap au blanc de poulet</i>  <i>wrap dauphinois*</i></p> <p style="text-align: center;"><i>émincé d'agneau au curry</i>  <i>filet de poisson frais selon arrivage</i></p> <p style="text-align: center;">purée de panais                      poireaux en gratin</p> <p style="text-align: center;">buffet                      de fromage blanc et aux fruits</p> <p style="text-align: center;">banane                      assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>

Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collègues, f.clément 	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	* ce plat contient du porc
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;">     <p style="margin-top: 5px;"><i>écritre gras italique</i></p>  </div>	<p>Production locale</p> <p>production bio/local</p> <p>production bio</p> <p>approuvée par "testeurs du sud grésivaudan"                      recette confectionnée dans notre cuisine</p> <p>cuisine certifiée Ecocert</p> <p>cuisine certifiée Ecocert </p>

menu semaine 50



Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

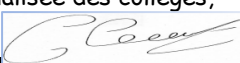


<u>Lundi 10 décembre 2018 spécial vinaigrette</u>	<u>mardi 11 décembre 2018</u>
<p><i>salade verte nature</i>  <i>salade d'endives aux pommes</i>  <i>carottes râpées à l'avocat</i></p> <p><i>steak haché sauce ketchup</i>  <i>filet de poisson pané /citron</i></p> <p>frites                      pommes rissolées</p> <p>edam                      kiri</p> <p>flamby  <i>danette chocolat"maison"</i></p>	<p><i>salade d'ebly au gruyère</i>  <i>salade de riz au thon</i>  <i>salade de petit épautre aux olives et féta</i></p> <p><i>foie de veau aux champignons</i>  <i>filet de cabillaud sauce hollandaise</i></p> <p><i>côte de blettes à la savoyarde</i>  <i>épinards béchamel</i></p> <p>coulommiers                      fromage blanc nature</p> <p>assortiment de pommes bio                      bananes</p>
<u>jeudi 13 décembre 2018</u>	<u>vendredi 14 décembre 2018</u>
<p>croque monsieur jambon de dinde  <i>feuilleté sud grésivaudan*maison</i>                      crêpes au fromage</p> <p><i>filet de merlu sauce verte</i>  <i>émincé de bœuf aux olives</i></p> <p><i>choux fleurs à la polonaise</i>  <i>petits pois carottes</i></p> <p>assortiment                      de yaourts nature et aux fruits</p> <p>mandarine                      ananas</p>	<p><i>salade verte bio et local mimosa</i>   <i>céleri rémoulade*</i>                      1/2 pamplemousse</p> <p><i>couscous poulet</i>  <i>couscous au poisson</i></p> <p><i>semoule</i>  <i>legumes</i></p> <p>munster                      fromage blanc aux fruits</p> <p><i>tarte à l'orange</i>  <i>gateau aux pommes caramélisées maison</i></p>

Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges, f.Clément 	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	* ce plat contient du porc
    écrite gras italique	Production locale production bio/local production bio approuvée par "testeurs du sud grésivaudan" recette confectionnée dans notre cuisine cuisine certifiée Ecocert

## menu semaine 51

Toute l'équipe de la cuisine mutualisée des collèges et le diététicien conseil vous proposent ces menus et vous souhaitent un excellent appétit !

<u>lundi 17 décembre 2018 menu alternatif</u>	<u>mardi 18 décembre 2018</u>
<p style="text-align: center;"><b>salade de lentilles/maïs</b> duo haricots rouges et blancs en salade <b>salade de pois chiches/cœur de palmier</b></p> <p style="text-align: center;"><b>gratin de crozets forestier</b></p> <p style="text-align: center;"><b>gratin de ravioles aux courgettes</b></p> <p style="text-align: center;">bleu du vercors bio  faisselle</p> <p style="text-align: center;">kiwi assortiment de fruits bio ou "bio /local" </p>	<p style="text-align: center;"><b>radis/beurre salé</b> <b>carottes râpées dés de gruyère</b> <b>salade de choux chinois dés de jambon *</b></p> <p style="text-align: center;">filet de poisson menière/citron <b>viande de kebab sauce curry</b></p> <p style="text-align: center;"><b>riz pillaf</b> <b>boulgour</b></p> <p style="text-align: center;">fourme d'ambert assortiment de yaourt nature</p> <p style="text-align: center;">cocktail de fruits <b>pomme au four</b></p>
<u>jeudi 20 décembre 2018 menu noel</u>	<u>vendredi 21 décembre 2018</u>
<p style="text-align: center;">salade de mâche <b>foie gras et son toast</b> <b>saumon fumé carré de beurre</b></p> <p style="text-align: center;"><b>hat de cuisse de volaille sauce homardine</b> <b>gratin de l'océan</b></p> <p style="text-align: center;">pommes noisettes <b>haricots verts</b></p> <p style="text-align: center;"><b>buche au nutella</b></p> <p style="text-align: center;">papillotes jus de fruit</p>	<p style="text-align: center;"><b>crêpes fromage</b> <b>feuilleté dubarry</b> <b>friand fromage</b></p> <p style="text-align: center;"><b>braisé de bœuf</b> <b>filet de hoki au four</b></p> <p style="text-align: center;"><b>haricots beurre persillés</b> <b>purée de brocolis</b></p> <p style="text-align: center;">assortiment de fromage ou yaourt</p> <p style="text-align: center;">plateau de fruits en stock</p>

Visa du Responsable de la cuisine mutualisée des collèges, f.Clément 	Visa de la Diététicienne,
Visa du Chef d'établissement,	<b>* ce plat contient du porc</b>
    <b>écritre gras italique</b> 	<b>Production locale</b> <b>production bio/local</b> <b>production bio</b> <b>approuvée par "testeurs du sud grésivaudan"</b> <b>recette confectionnée dans notre cuisine</b> <b>cuisine certifiée Ecocert</b>