

LUNDI

Carottes râpées  
Blanquette de **poisson label MSC**  
Semoule  
Yaourt nature  
Madeleine  
*Alternatif : Blanquette de légumes (avec légumineuses)*

Repas ALTERNATIF

MARDI

Salade Vénitienne  
Quenelles sauce aux olives  
Brocolis en béchamel  
Carré du Trièves de la **laiterie du Mont Aiguille**  
Orange

MERCREDI

Taboulé  
Filet de **poisson label MSC** meunière  
Duo de haricots  
Petit suisse aux fruits  
Pomme de la Vallée du Rhône  
*Alternatif : Pavé fromager*

Menu d'ALLEMAGNE

JEUDI

Salade de chou kouki  
Boulettes de boeuf de **chez carrel** aux oignons  
Spätzle  
Tomme de montagne  
Cake façon forêt noire de l'**Etape Gourmande**  
*Alternatif : Boulettes au sarrasin et aux lentilles*  
*Pain au maïs de l'Etape Gourmande*

Nouvelle RECETTE

VENDREDI

Salade verte  
Rougail de **saucisse de chez Carrel**  
Riz Basmati  
Fromage blanc d'Auvergne de **chez Gérentes**  
Compote  
*Alternatif : Rougail aux haricots blancs*



SPÄTZLE,  
préparation  
culinaire  
de pâtes est un  
mot **SOUABE**  
signifiant  
MOINEAU.



Château de Neuschwanstein

Menu **BIO & ALTERNATIF**

LUNDI

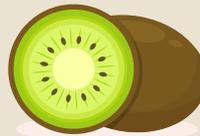
**Betteraves BIO**  
**Raviolis aux légumes du soleil BIO**  
**de Saint Jean**  
**Yaourt BIO du Léoncel dans le Vercors**  
**Pomme BIO de la Vallée du Rhône**



MARDI

Salade de pommes de terre & ciboulette  
Rôti de **porc de chez Carrel** à la diable  
Haricots verts persillés  
Petit suisse nature  
Kiwi d'Ardèche

*Alternatif : Pois chiches à la tomate*



MERCREDI

Salade de coleslaw  
Escalope Viennoise *viande française*  
Ecrasé de **pommes de terre d'Ardèche**  
Fromage blanc à la vanille  
Cookie aux pépites de chocolat

*Alternatif : Pavé végétal*



JEUDI

Salade verte  
Emincé de bœuf de **chez Carrel** aux champignons  
Coeur de blé  
**Saint Marcellin IGP**  
Compote

*Alternatif : Lentilles aux champignons*



VENDREDI

Salade d'endives  
Filet de **colin label MSC** meunière  
Chou-fleur en béchamel  
Bûche crémeuse du Mézenc **de chez Gérentes**  
Cake à la banane **de l'Etape Gourmande**

*Alternatif : Oeuf dur*

Nouvelle **RECETTE**



CAKE À LA BANANE



Suivez nous sur  
FACEBOOK ou INSTAGRAM





GUILLAUD  
Traiteur

# Menus

du 6 au 12 mars 2023

LUNDI

Taboulé  
Sauté de poulet *français* au jus  
Epinards au lait du **GAEC de Quincieu**  
Fromage blanc  
Compote  
*Alternatif : Oeuf dur*

Repas ALTERNATIF

MARDI

Samoussas de légumes  
Couscous végétal  
Trio de céréales  
Petit suisse aux fruits  
Orange

MERCREDI

Céleri en rémoulade  
**Colin label MSC** sauce à l'aneth  
Riz pilaf  
Camembert  
**Kiwi d'Ardèche**  
*Alternatif : Mini quenelles sauce à l'aneth*

JEUDI

Mâche  
Calamars à la Romaine  
Carottes cuisinées à l'ail et au persil  
Tomme du Châtelard **de chez Verdannet**  
Crème dessert  
*Alternatif : Pavé végétal aux légumineuses*

Menu de BULGARIE

VENDREDI

Tarator *soupe froide de concombre*  
**MycaKa** *gratin de pommes de terre*  
*et de boeuf de chez Carrel*  
Yaourt  
Torta Garash revisité *chocolat et noix*  
*Alternatif : MycaKa aux champignons et aux lentilles corail*



Dans la  
**MOUSSAKA**  
bulgare «**МУСАКА**»,  
les **LÉGUMES**  
ont été **remplacés**  
par des **POMMES**  
**DE TERRE.**



Côte de la Mer Noire

▽  
**LUNDI**  
▲

Pizza au fromage **de Rives**  
Sauté de poulet *français* aux **noix AOP de Grenoble**  
Brocolis sautés à l'ail et au persil  
**Saint Marcellin IGP**  
Orange  
*Alternatif : Aiguillettes au blé et à la carotte*



**Menu d'IRLANDE**

▽  
**MARDI**  
▲

Pea soup *soupe de petits pois à la menthe*  
Bear lamb meatballs *boulettes d'agneau français*  
Steamed potatoes *pommes de terre à la vapeur*  
Yogurt  
Apple from the Rhône Valley *pomme*  
*Alternatif : Boulettes végétales*



▽  
**MERCREDI**  
▲

Betteraves  
Chipolatas **de chez Carrel**  
Petits pois & carottes  
Oeuf à la neige &  
Crème anglaise  
*Alternatif : Feuilleté au fromage*



**Repas ALTERNATIF**

▽  
**JEUDI**  
▲

Salade Hollandaise  
Dahl de lentilles aux épinards hâchés  
Blé  
Coulommiers  
Gâteau aux pépites de chocolat **Gourmand**



**Repas MONTAGNARD**

▽  
**VENDREDI**  
▲

Salade d'endives  
Croziflette Savoyarde  
et son jambon blanc *français*  
Petit suisse nature  
Compote  
*Alternatif : Œufs durs Croziflette végétale*



L'agneau  
est UN MET *réputé*  
de la gastronomie  
**Irlandaise.**  
Tout comme la  
SAINT PATRICK

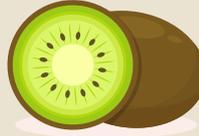


Sheep on Torr Head

LUNDI

Salade de pâtes  
Filet de **Merlu label MSC** à la tomate  
Beignets de légumes  
Yaourt nature  
**Kiwi de l'Ardèche**

*Alternatif : Mini quenelles à la tomate*



MARDI

Concombre  
Spaghettis  
à la carbonara *viande française*  
Fromage râpé  
**Cake BIO de l'Etape Gourmande**

*Alternatif : Spaghettis sauce aux petits pois et légumes*

MERCREDI

Salade de coleslaw  
Steak haché **de chez Carrel**  
Gratin dauphinois **recette traditionnelle**  
Petit suisse nature  
Lunettes à la fraise **de Romans**

*Alternatif : Pavé végétal*

JEUDI

Salade verte  
Couscous garni *viande française*  
& sa semoule  
Carré de l'Est  
Orange

*Alternatif : Couscous végétal*

*Pain de seigle de l'Etape Gourmande*

VENDREDI

Salade de pommes de terre & ciboulette  
Omelette au fromage  
Haricots verts  
Fromage blanc d'Auvergne **de chez Gérentes**  
Compote

Repas **ALTERNATIF**



COUSCOUS DU CHEF



Suivez nous sur  
FACEBOOK ou INSTAGRAM



▽  
**LUNDI**  
▲

*Menu des PAYS-BAS*

Salade verte  
Ragoût d'émincé de boeuf **de chez Carrel**  
aux carottes et oignons  
Stamppot *Plat purée*  
Edam  
Kruimelvlaai *Tarte fourrée à la crème*  
*Alternatif : Tomate farcie végétale*



▽  
**MARDI**  
▲

Betteraves  
Cordon bleu *viande française*  
Petits pois au jus  
Fromage blanc  
Poire **de la Valloire**  
*Alternatif : Beignets au fromage*



▽  
**MERCREDI**  
▲

*Menu d'ESPAGNE*

Salade d'endives  
Paëlla  
de **poisson label MSC**  
Yaourt nature  
Banane  
*Alternatif : Paëlla végétale*



▽  
**JEUDI**  
▲

Salade verte  
Haut de cuisse de poulet *français*  
Purée de **potimarron BIO de Jarcieu**  
Bournette du Vercors **de Vercors lait**  
Gâteau aux noix **de l'Etape Gourmande**  
*Alternatif : Lentilles au jus*



▽  
**VENDREDI**  
▲

*Repas ALTERNATIF*

Houmous à tartiner  
Lasagnes  
de légumes  
Yaourt à la myrtille de **chez Collet**  
Compote



Le  
**STAMPPOT**  
OU **PLAT PURÉE**  
PEUT ACCOMPAGNER  
un **ragoût**  
DE VIANDES.



*Kinderdijk aux Pays Bas*



GUILLAUD  
Traiteur

# Menus

du 3 au 9 avril 2023

Repas ALTERNATIF

LUNDI

Abricots secs  
Yaourt nature  
Coquillettes  
sauce Arrabiata  
Salade de lentilles



MARDI

Soupe d'épinards  
Emincé de porc **de chez Carrel** à la Provençale  
Pommes noisettes  
Meule de Savoie **de la coop de Yenne**  
Pomme **de la Vallée du Rhône**

*Alternatif : Lentilles corail à la Provençale*



MERCREDI

Salade de pâtes  
Sauté de poulet *français* au jus  
Jardinière de légumes  
Coulommiers  
Salade de fruits

*Alternatif : Falafels*

Menu MEXICAIN

JEUDI

Mâche  
Chili con carne *viande de boeuf française*  
Riz  
Fromage blanc à la vanille  
Brownie de **l'Etape Gourmande**

*Alternatif : Chili sin carné*

VENDREDI

Concombre  
Filet de **poisson label MSC** meunière  
Navets et pommes de terre en béchamel  
La vachette & Tom à tartiner **de Papilles d'Ardèche**  
Compote

*Alternatif : Pavé végétal*

Suivez nous sur  
FACEBOOK ou INSTAGRAM

