



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

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 06 novembre au 12 novembre

LUNDI

Pâtes au thon et sauce tomate
/Sauté de boeuf au jus et farfalles
Saint paulin **BIO**
Verchicors
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de maïs **BIO** au curry
Salade de perles Alpina Savoie
Pavé fromager
Purée de Céleri
Purée de courges
Fromage blanc nature **BIO** Local



MERCREDI

JEUDI

Potage parmentier
Jambon de volaille
/Oeuf **BIO** mayonnaise
Haricots beurre à la provençale
Haricots verts **BIO** persillés
Fruit de saison



VENDREDI

Salade d'endives sauce tartare
Salade verte fraîche
Filet de colin sauce citron
/Sauté de Volaille LABEL ROUGE au jus
Riz **BIO**
Riz **BIO** à la tomate
Gâteau du chef framboise et speculoos



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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 13 novembre au 19 novembre

LUNDI

Filet de poisson sauce basquaise
/Merguez à l'orientale
Semoule **BIO**
Semoule **BIO** aux petits légumes
Emmental
Saint nectaire
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de perles Alpina Savoie
Salade de pomme de terre **BIO**
Filet de poisson meunière
/Blanquette de volaille Label Rouge à l'ancienne
Petits pois au jus
Petits pois et carottes au jus
Crème dessert **BIO**



MERCREDI

JEUDI

Paupiette de veau au jus
/Filet de lieu sauce ciboulette
Chou fleur béchamel **BIO**
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)
Fromage blanc sucré
Yaourt nature **BIO** Local
Beignet aux pommes



VENREDI

Salade coleslaw
Salade iceberg
Mac and cheese (gratin de pâtes au fromage - plat complet)
/ Steak haché au jus et Macaroni
Milk shake du chef



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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 20 novembre au 26 novembre

LUNDI

Salade de blé à l'orientale
 Salade de boulghour **BIO**
 Calamar à la romaine
 Carottes **BIO** à la crème **BIO**
 Carottes **BIO** persillées
 Flan chocolat



MARDI

Tarte au fromage
 /Sauté de volaille à la crème
 Flageolets au jus
 Lentilles au jus
 Edam
 Petite tomme **BIO** du Trièves
 Fruit de saison



MERCREDI

JEUDI

Chou blanc frais mayonnaise
 Salade verte **BIO**
 Filet de poisson sauce julienne et
 Gratin de pommes de terre au fromage à tartiflette
 /Tartiflette à la volaille (plat complet)
 Compote de pommes **BIO** du chef



VENDREDI

Taboulé
 Normandin de veau
 /Omelette nature
 Epinards hachés **BIO**
 Gratin de poireaux
 Fromage blanc sucré
 Petit suisse aromatisé



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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 27 novembre au 03 décembre

LUNDI

Salade de choux fleur vinaigrette
Terrine de légumes
Filet de lieu sauce ciboulette
/Aiguillette de poulet au jus
Semoule
Semoule **BIO** aux petits légumes
Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)



MARDI

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



MERCREDI

JEUDI

Sauté de boeuf VBF aux 4 épices
/Filet de colin sauce 4 épices
Julienne de légumes
Poêlée de légumes frais **BIO** (carottes, navets)
Velouté nature
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux pommes



VENREDI

Blanquette de poisson
/Paupiette de veau à la moutarde
Ecrasé de pommes de terre **BIO** du chef
Pommes vapeur
Cantal AOP
Gouda
Fruit **BIO** 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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 04 décembre au 10 décembre

LUNDI

Chou blanc frais mayonnaise
 Salade verte **BIO**
 Omelette au coulis de tomate
 /Boulettes d'agneau au jus
 Flageolets au jus
 Lentilles au jus
 Fromage blanc nature **BIO** Local (vrac)



MARDI

Salade de pépinettes
 Salade de riz **BIO**
 Cubes de saumon sauce aurore
 /Saucisse de volaille **BIO**
 Carottes **BIO** persillées
 Poêlée de légumes
 Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

JEUDI

Filet de colin sauce crème
 /Steack haché au jus
 Gratin de pommes de terre façon Dauphinois
 Purée de pommes de terre
 Edam
 Petite tomme **BIO** du Trièves
 Crème pralinée



VENREDI

Macédoine mayonnaise
 Velouté de courges
 Lasagnes de légumes (plat complet)
 /Lasagnes bolognaise (plat complet)
 Petit suisse **BIO** aromatisé
 Yaourt de la ferme du Chambon



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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 11 décembre au 17 décembre

LUNDI

Calamar à la romaine
Pommes noisettes
Potatoes
Fromage bleu **BIO**
Saint paulin **BIO**
Fruit de saison
Ketchup (dosette)



MARDI

Salade de blé **BIO**
Taboulé
Filet de colin sauce citron
/Paupiette de veau au jus
Chou fleur béchamel **BIO**
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé
Compote de pommes coings



MERCREDI

JEUDI

Salade de pâtes
Salade de pomme de terre **BIO**
Sauté de Volaille LABEL ROUGE au jus
/Filet de poisson sauce estragon
Carottes **BIO** persillées
Poêlée de légumes **BIO**
Flan vanille



VENREDI

Salade d'haricots beurre
Velouté de légumes du chef
Cappelletti ricotta épinards sauce crème (plat complet)
/Raviolis boeuf volaille (plat complet)
Fromage blanc sucré
Yaourt aromatisé **BIO**



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 |

Vaulx en Velin Self - Déjeuner

Du 18 décembre au 24 décembre

LUNDI

Filet de poisson sauce julienne
/Saucisse de volaille
Pommes vapeur
Purée de pommes de terre
Cantal AOP
Emmental **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Boulettes de bœuf au jus
/Omelette au coulis de tomate
Semoule **BIO**
Semoule **BIO** aux petits légumes
Camembert **BIO**
Coulommiers
Fruit de saison



MERCREDI

Menu de Noël

JEUDI

VENREDI

Salade de boulghour **BIO**
Salade de pâtes tricolores
Crêpe au fromage
/Sauté de porc au curry
Epinards hachés **BIO**
Gratin de poireaux
Velouté fruits mixé



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 *