



Menus du 26 février 2018 au 6 avril 2018

SANS VIANDE

Dans la continuité de notre démarche qualité, associant choix des matières premières, éducation nutritionnelle et respect de l'environnement, nous proposons le jeudi 22 mars 2018 un repas « alternatif ».

Un repas alternatif est un repas sans viande ni poisson, mais qui reste un menu élaboré, diététique, écologique et pédagogique.

L'impact écologique est non négligeable : par exemple, la production d'1kg de céréales nécessite 12 fois moins d'eau et 19 fois moins de surfaces de sol que la production d'1kg de bœuf.

Les plats composant ce repas alternatif ont été judicieusement choisis par l'équipe de cuisine et moi-même. Dans le menu proposé, l'association de céréales et légumes secs permet d'apporter des protéines d'aussi bonne qualité qu'une portion de viande, de poisson ou d'œuf.

Ce type de repas, proposé en alternance avec des menus conventionnels, est sans conséquence néfaste au niveau nutritionnel et il respecte la législation en vigueur.

CLEMENT Christine
Responsable suivi relations clients

Information pratique

Retrouvez nos menus depuis la page d'accueil de notre site internet :

www.vercors-restauration.com

Pour toute question relative aux menus, vous pouvez contacter le service Relations Clients par téléphone 04-76-85-91-15



| Semaine du 26 février au 2 mars 2018 | | | | | |
|--------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|-------------------------|--|--------------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Carottes râpées/raisins secs | Taboulé | Duo de choux | Rillettes de thon | Salade verte |
| Plat | Sauce au thon à la tomate | Filet de poisson meunière/citron | Boulettes végétariennes | Omelette aux fines herbes origine France | Filet de hoki aux herbes de Provence |
| Garniture | Spaghettis | Epinards hachés | Gratin de potiron | Riz à la tomate | Semoule |
| Fromage | Emmental râpé | ST Paulin | Coulommiers | Yaourt nature sucré | Bûche de chèvre à la coupe |
| Dessert | Mousse au chocolat au lait | Fruit | Beignet à la framboise | Fruit | Flan vanille nappé caramel |

| Semaine du 5 au 9 mars 2018 | | | | | |
|-----------------------------|------------------------|---------------------------------|-------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
| Entrée | Jus de pommes reinette | Salade de haricots verts | Tarte au fromage | Salade d'endives | Carottes râpées |
| Şap | Moules à la crème | Nuggets de blé / ketchup | Boulettes végétariennes | Filet de poisson à l'aneth | Quenelle de brochet sauce nantua |
| Garniture | Pommes frites | Lentilles | Petits pois | Gratin de choux-fleurs | Riz |
| Fromage | Fromage blanc nature | Bournette du Vercors à la coupe | Cantafrais nature | Gouda | Yaourt nature sucré |
| Dessert | Crème de marrons | Fruit | Fruit | Tarte aux pommes | Coupelle de fruits du verger |



Semaine du 12 au 16 mars 2018

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|------------------|-----------------------------------|----------------------------|--------------------|-----------------------------|---------------------|
| Entrée | Kiwi Bio à la cuillère | Betteraves à l'échalote | Céleri rémoulade | Friand au fromage | Salade verte |
| Plat | Filet de poisson sauce ciboulette | Filet de hoki au basilic | Pané fromager | Filet de poisson à la crème | Omelette nature Bio |
| Garniture | Blé à la tomate | Pommes rösti | Polenta | Carottes persillées | Epinards hachés |
| Fromage | Tomme de Savoie à la coupe | Fromage blanc nature sucré | Bleu de sassenage | Fromage frais nature sucré | Bonbel |
| Dessert | Yaourt aromatisé aux fruits | Fruit | Mousse au chocolat | Fruit | Eclair à la vanille |

Semaine du 19 au 23 mars 2018

| | Lundi | Mardi | Mercredi | REPAS ALTERNATIF | Vendredi |
|------------------|------------------------------|--|--------------------------|----------------------------|----------------------|
| Entrée | Carottes râpées | Salade de pommes de terre/olives noires/thon | Salade mélangée | Macédoine de légumes | Brocolis vinaigrette |
| Plat | Filet de poisson pané/citron | Boulettes végétariennes | Nuggets de blé / ketchup | Lentilles | Sauce thon/tomate |
| Garniture | Haricots verts | Choux fleurs béchamel | Petits pois/carottes | Boullghour | |
| Fromage | Vache qui rit | Brique du Vercors à la coupe | Yaourt nature sucré | Fromage blanc nature sucré | Emmental râpé |
| Dessert | Ananas au sirop | Fromage frais aromatisé aux fruits | Paris Brest | Fruit | Fruit |

Semaine du 26 au 30 mars 2018

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|------------------|----------------------------|--------------------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|
| Entrée | Radis/beurre | Salade d'endives/croûtons | Salade verte | Salade de cœur de palmier/mais | Concombres à la ciboulette |
| Plat | Pané fromager | Filet de hoki aux herbes de Provence | Boulettes végétariennes | Quenelles sauce tomate | Filet de poisson sauce au beurre blanc |
| Garniture | Riz | Pommes de terre sautées | Semoule | Haricots verts persillés | Gratin de brocolis |
| Fromage | Tomme de Savoie à la coupe | Yaourt nature sucré | Brique du Vercors à la coupe | Gouda | Carré frais |
| Dessert | Crème dessert vanille | Fruit | Liégeois à la vanille | Fruit | Gâteau roulé au chocolat MAISON |

Semaine du 2 au 6 avril 2018

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|---------------------|----------|
| Entrée | Salade de haricots verts | Tarte méditerranéenne | Betteraves au vinaigre de framboise | Salade mélangée | |
| Plat | Filet de poisson pané/citron | Nuggets de blé / ketchup | Filet de poisson à la provençale | Pané fromager | |
| Garniture | Pâtes à la tomate | Champignons à la crème | Purée de pommes de terre | Carottes persillées | |
| Fromage | Camembert | Mimolette | Fromage blanc nature sucré | Tomme blanche | |
| Dessert | Fruit | Fruit | Poire au sirop | Tarte Normande | |

* Ce gâteau est confectionné par nos cuisiniers.



Information pratique

Retrouvez nos menus depuis la page d'accueil de notre site internet :

www.vercors-restauration.com

Pour toute question relative aux menus, vous pouvez contacter le service Relations Clients par téléphone 04-76-85-91-15



Selon les spécificités des communes et les contraintes d'approvisionnement, les menus sont susceptibles d'être changés

Viande Bovine Française



Viande Race Bouchère



Viande de Porc Française



Agriculture Biologique



Viande d'agneau Française



Origine Rhône Alpes

