

LUNDI

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

Repas **ALTERNATIF**

MARDI

Salade Vénitienne  
Quenelles sauce aux olives  
Brocolis en béchamel  
**Orange BIO**

MERCREDI

*NOS SALARIÉS S'ENGAGENT*  
recette **ANTI GASPI** sur   
**Gratin de riz d'Arielle**

Menu d'**ALLEMAGNE**

JEUDI

Salade de chou kouki  
Boulettes de boeuf **de chez carrel** aux oignons  
Spätzle  
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**  
*Alternatif : Rougail aux haricots blancs*



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



Château de Neuschwanstein



GUILLAUD  
Traiteur

# Menus

du 27 février au 5 mars 2023

Menu **BIO & ALTERNATIF**

LUNDI

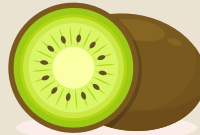
**Betteraves BIO**  
**Raviolis aux légumes du soleil BIO**  
**de Saint Jean**  
**Yaourt BIO** du Léoncel dans le Vercors  
**Pomme BIO** de la Vallée du Rhône



MARDI

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

Alternatif : Pois chiches à la tomate



MERCREDI

*NOS SALARIÉS S'ENGAGENT*  
recette **ANTI GASPI** sur   
*Confit d'oignons* de Franck



JEUDI

Emincé de boeuf de **chez Carrel** aux champignons  
Coeur de blé  
**Saint Marcellin IGP**  
**Compote BIO**

Alternatif : Lentilles aux champignons



VENDREDI

Filet de **colin label MSC** meunière  
**Chou-fleur BIO** 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 BIO** au lait du **GAEC de Quincieu**  
Compote  
*Alternatif : Oeuf dur*

Repas ALTERNATIF

MARDI

Couscous végétal  
Trio de céréales  
Petit suisse aux fruits  
Orange

MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT  
recette **ANTI GASPI** sur   
*Pain perdu d'Isabelle*

JEUDI

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 BIO**  
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



GUILLAUD  
Traiteur

# Menus

du 13 au 19 mars 2023

LUNDI

Pizza au fromage **de Rives**  
Sauté de poulet *français* aux **noix AOP de Grenoble**  
**Brocolis BIO** sautés à l'ail et au persil  
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 BIO** à la vapeur  
Apple from the Rhône Valley *pomme*

*Alternatif : Boulettes végétales*



NOS SALARIÉS S'ENGAGENT

recette **ANTI GASPI** sur 

**Crumble courgettes & ricotta**

de Carine

MERCREDI



Repas ALTERNATIF

JEUDI

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



Repas MONTAGNARD

VENDREDI

Salade d'endives  
Croziflette Savoyarde  
et son jambon blanc *français*  
**Compote BIO**

*Alternatif : Oeuf dur & Croziflette végétale*



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



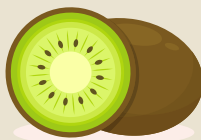
Sheep on Torr Head



LUNDI

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

Alternatif : Mini quenelles à la tomate



MARDI

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

Alternatif : Spaghettis sauce aux petits pois et légumes

MERCREDI

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT

recette **ANTI GASPI** sur 

**Poulet au paprika** de Céline

JEUDI

Couscous garni viande française  
& **sa semoule BIO**  
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 BIO**  
Fromage blanc d'Auvergne de chez Gérentes

Repas ALTERNATIF



COUSCOUS DU CHEF



Suivez nous sur  
FACEBOOK ou INSTAGRAM



Menu des PAYS-BAS

▽  
LUNDI  
▲

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



▽  
MARDI  
▲

Betteraves  
Cordon bleu *viande française*  
Petits pois au jus  
**Fromage blanc BIO**  
*Alternatif : Beignets au fromage*



▽  
MERCREDI  
▲

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT  
recette **ANTI GASPI** sur   
*Hachis parmentier de Nathalie*



▽  
JEUDI  
▲

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*



Repas ALTERNATIF

▽  
VENDREDI  
▲

Houmous à tartiner  
Lasagnes  
de légumes  
Compote



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



Kinderdijk aux Pays Bas

LUNDI

Yaourt nature  
Coquillettes  
sauce Arrabiata  
Salade de lentilles

Repas ALTERNATIF




MARDI

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

NOS SALARIÉS S'ENGAGENT  
recette **ANTI GASPI** sur   
*Soupe de Frédéric*

Menu MEXICAIN

JEUDI

**Mâche BIO**  
Chili con carne *viande de boeuf française*  
Riz  
Fromage blanc à la vanille  
Alternatif : Chili sin carné

VENDREDI

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



Suivez nous sur  
FACEBOOK ou INSTAGRAM

