

# Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU  
VÉGÉTARIEN

LUNDI | 09  
Dec

Salade verte Bio  
Plat Bio

Potage chou-fleur

Macédoine Bio mayonnaise

Quenelles nature sauce tomate

Emincé de bœuf aux oignons  
boeuf bio



Haricots verts Bio

Riz Bio pilaf

Pont l'Evêque



Yaourt Bio local  
Plat Bio



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Gâteau au yaourt



Beignet chocolat noisette

MARDI | 10  
Dec

Salade verte Bio  
Plat Bio

Toast fromage blanc ail fines  
herbes



Cake aux fromages



Pané de blé fromage épinards



Penne sauce tomate  
végétarienne



Penne semi complètes Bio

Chou vert Bio braisé  
Plat Bio

Emmental Bio  
Plat Bio

Yaourt Bio local  
Plat Bio



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Salade de fruits Bio  
Plat Bio

Clémentine Bio  
Plat Bio

JEUDI | 12  
Dec

Salade verte Bio  
Plat Bio

Dips de carottes  
et fromage blanc aux herbes

Chou rouge Bio vinaigrette  
Plat Bio

Fajitas de légumes



Fajitas à la volaille



Chou-fleur locaux persillés

Haricots rouges

Fourme d'Ambert



Yaourt Bio local  
Plat Bio



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Compote pomme poire  
Plat Bio



Pomme au four locale



VENDREDI | 13  
Dec

Salade verte Bio  
Plat Bio

Salade verte Bio aux croûtons  
Salade verte Bio

Carrousel de crudités  
carotte, céleri, Assaisonnement du soleil, concombre

Blé aux lentilles et maïs



Colin pané



Poireaux gratinés

Blé à la tomate

Brie Bio  
Plat Bio

Yaourt Bio local  
Plat Bio



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Crème dessert chocolat

Crème Catalane



App.  
Origine Pr



Produit  
local



Spécialité  
du chef



Plat  
végétarien



Nouvelle  
recette



Label  
Rouge



Pêche  
responsabl

Ce menu est cuisiné par  
le chef  
et son équipe

SELF

elior

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine

# Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU VÉGÉTARIEN

LUNDI | 16 Dec

Salade verte Bio  
Plat BIO

Chou blanc vinaigrette Bio  
Plat BIO

Salade brie raisins Bio

Coquillettes aux légumes



Steak haché

Coquille semi complète bio  
Plat BIO

Brocolis Bio  
Plat BIO

Saint-Nectaire



Yaourt Bio local  
Plat BIO



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Poire pochée cannelle

Compote pomme myrtille  
Plat BIO



MARDI | 17 Dec

Salade verte Bio  
Plat BIO

Houmous Bio et mouillettes  
Plat BIO

Salade de pommes de terre Bio  
Plat BIO

Boullgour tandoori  
boullgour, mélange tandoori



Pavé du fromager à l'emmental



Carotte à la ciboulette Bio  
Plat BIO

Boullgour pilaf Bio  
boullgour bio

Camembert Bio

Yaourt Bio local  
Plat BIO



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Kiwi Bio  
Plat BIO

Salade de fruits Bio  
Plat BIO



Destination festive

JEUDI | 19 Dec

Salade verte Bio  
Plat BIO

Navette de canard

Verrine saumon ricotta

Feuilleté de saumon

Ballotine de volaille

Gratin dauphinois



Poêlée de légumes champêtre

Tomme de pays Bio  
Plat BIO



Yaourt Bio local  
Plat BIO



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Clémentine Bio  
Plat BIO

Bûche au chocolat

Bûche au citron



LE JOUR DU VÉGÉTARIEN

VENDREDI | 20 Dec

Salade verte Bio  
Plat BIO

Salade du chef  
feuille de chêne, jambon, emmental, tomate

Céleri et carotte  
carotte, céleri

Semoule cantonaise



Ravioli au tofu Bio

Semoule Bio  
Plat BIO

Gratin de potiron Bio

Cantal



Yaourt Bio local  
Plat BIO



Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio



Fruits de saison Bio

Crème dessert vanille

Milk-Shake fruits rouges



Plat végétarien



App. Origine Pr



Produit local



Spécialité du chef

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

SELF

elior

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine