

Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU
VÉGÉTARIEN

LUNDI | 04
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Betterave vinaigrette Bio
Plat Bio

Macédoine Bio mayonnaise

Bœuf Bio bourguignon

Nuggets de blé

Riz pilaf Bio

Haricots verts Bio

Pont l'Evêque

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Poire ronde Bio
poire bio

Kiwi Bio
Plat Bio

MARDI | 05
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Carottes Bio râpées
Plat Bio

Chou blanc vinaigrette Bio
Plat Bio

Boulettes soja
sauce napolitaine

Couscous végétarien

Légumes couscous

Semoule Bio
Plat Bio

Emmental Bio
Plat Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Cake chocolat vanille

Tarte aux pommes

JEUDI | 07
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Coleslaw Bio
carotte et chou blanc Bio

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

Sauté de poulet à la moutarde

Pizza au fromage

Navet local braisé

Cereales gourmandes bio
bié bio

Fourme d'Ambert

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Panna cotta aux framboises

Crème Catalane

VENDREDI | 08
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Taboulé Bio
Plat Bio

Salade de lentilles Bio terroir
plat bio

Filet de colin pané et citron

Torti à la mexicaine

Fondue de poireaux Bio

Torti tricolores

Brie Bio
Plat Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Smoothie bananes & pommes

Salade de fruits Bio
Plat Bio



Plat
végétarien



App.
Origine Pr



Produit
local



Spécialité
du chef



Label
Rouge



Poisson
frais

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

MARDI | 12 Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Rosette

Fromage de canuts

Blanquette de veau

Chili végétarien

haricot rouge, aubergine Bio, sauce tomate, courgette Bio

Brocolis Bio
Plat Bio

Riz Bio pilaf

Camembert Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Verrine tout pommes et caramel

Compote pomme poire
Plat Bio



LE JOUR DU VÉGÉTARIEN

JEUDI | 14 Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Dips de carottes sauce aneth
carotte Bio

Cèleri rémoulade Bio
Plat Bio

Lasagne végétarienne

Œufs brouillés

Chou vert Bio braisé
Plat Bio

Pois chiches au cumin et aux olives

Tomme de pays Bio
Plat Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Gâteau au chocolat

Clafoutis poires

VENDREDI | 15 Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Houmous Bio et mouillettes
Plat Bio

Torti vinaigrette andalouse

Filet de lieu sauce curry

Tartine napolitaine

Gratin de potirons
Potiron Bio Local

Polenta Bio crémeuse

Cantal

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Banane Bio
Plat Bio

Kaki
kaki



Label Rouge



Produit local



Plat végétarien



Poisson frais



App. Origine Pr

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe

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

SELF

elior

Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU
VÉGÉTARIEN

LUNDI | 18
Nov

Salade verte Bio
Plat BIO

Salade verte au maïs

Salade chou blanc pomme raisin
chou blanc, raisin, pomme, fromage frais

Gnocchis sauce cheddar

Omelette aux fines herbes

Haricots blancs Bio
Plat BIO

Epinards Bio à la crème

Comté lait cru

Yaourt Bio local

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Crème dessert chocolat

Fromage blanc confiture fraise

MARDI | 19
Nov

Salade verte Bio
Plat BIO

Chou rouge Bio sauce ail
chou rouge BIO

Radis au fromage blanc

Gratin de poissons

Pita méditerranéenne

Petits pois Bio
Plat BIO

Carottes à la ciboulette

Brie Bio
Plat BIO

Yaourt Bio local

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Cookie

Gâteau au yaourt
Plat bio

JEUDI | 21
Nov

Salade verte Bio
Plat BIO

Rillettes de saumon

Ceufs durs frais bio à la mayonnaise

Escalope de porc panée

Falafel méditerranéenne
falafel, Assaisonnement méditerranéen

Riz pilaf Bio

Poêlée de panais Bio

Bleu du Vercors bio local

Yaourt Bio local

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Banane ananas Bio coco
Plat BIO

Poire ronde Bio
poire bio

VENDREDI | 22
Nov

Salade verte Bio
Plat BIO

Haricots verts au maïs

Soupe poireaux pommes de terre au cantal

Rôti de bœuf Bio
Plat BIO

Tarte à l'oignon

Semoule Bio
Plat BIO

Légumes danois Bio
Plat BIO

Emmental Bio
Plat BIO

Yaourt Bio local

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Smoothie pommes kiwi Bio
Plat BIO

Salade de fruits Bio
Plat BIO



Plat végétarien



App. Origine Pr



Produit local



Poisson frais



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

Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU
VÉGÉTARIEN

LUNDI | 25
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Assiette de crudités
carotte, céleri, tomate, salade

Pamplemousse

Blé égrené tomate 

Cœufs brouillés
à la basquaise Bio 

Blé Bio
Plat Bio

Fenouil braisé Bio
Plat Bio

Tomme de pays Bio
Plat Bio 

Yaourt Bio local
Plat Bio 

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio 

Fruits de saison Bio

Gaufre sauce chocolat

Cake à l'orange 

MARDI | 26
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Soupe à l'oignon local 

Poireaux vinaigrette
poireau Bio

Croziflette

Riz à la mexicaine
tomate, haricot rouge, ail, riz, poivron 

Carottes rôties 

Riz pilaf

Fourme d'Ambert 

Yaourt Bio local
Plat Bio 

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio 

Fruits de saison Bio

Salade de fruits Bio
Plat Bio

Kaki
kaki



Cap
sur les
Antilles



JEUDI | 28
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Accras de morue

Wrap créole au poulet 

Emincé de dinde à l'antillaise 

Parmentier lentilles
corail et patate douce

Julienne de légumes
saveur antillaise

Purée patates douces pommes
de terre 

Emmental Bio
Plat Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio 

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio 

Fruits de saison Bio

Banane Bio créole
banane Bio, crème anglaise, crème fouettée, caramel

Ananas Bio
Plat Bio

VENDREDI | 29
Nov

Salade verte Bio
Plat Bio

Emincé de fenouil Bio rémoulade
fenouil Bio

Salade aux 2 fromages

Filet de lieu sauce citron 

Gratin de pâtes
au potiron et brebis 

Pâtes tricolores

Purée de butternut
butternut Bio

Pont l'Evêque 

Yaourt Bio local
Plat Bio 

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio 

Fruits de saison Bio

Riz au lait 

Flan vanille caramel



Nouvelle
recette



Plat
végétarien



Produit
local



Spécialité
du chef



App.
Origine Pr



Label
Rouge



Poisson
frais

SELF

Ce menu est cuisiné par
le chef
et son équipe

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

elior 

Au menu cette semaine - Déjeuner

MÉTROPOLE

GRAND LYON



LE JOUR DU VÉGÉTARIEN

LUNDI | 02 Dec

Salade verte Bio
Plat Bio

Potage au butternut

Terrine aux 3 légumes

Rôti de porc Bio sauce poivre

Cappelletti aux cinq fromages

Quinoa Bio

Chou-fleur persillés

Camembert Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Smoothie poire

Orange Bio à la cannelle

MARDI | 03 Dec

Salade verte Bio
Plat Bio

Fromage de canuts

Œufs durs frais bio à la mayonnaise

Filet de lieu sauce safranée

Tarte chèvre épinards

Lentilles Bio locales
Plat Bio

Carottes Bio à la crème

Saint-Nectaire

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 | 05 Dec

Salade verte Bio
Plat Bio

Carottes Bio râpées
Plat Bio

Cèleri rémoulade Bio
Plat Bio

Colombo de mouton

Stick Mozzarella pané

Boulgour pilaf Bio
boulgour bio

Blettes Bio à la voironnaise
blettes Bio, ail Bio

Cantal

Yaourt Bio local
Plat Bio

Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Pain perdu

Crumble aux pommes

VENDREDI | 06 Dec

Salade verte Bio
Plat Bio

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

Coleslaw Bio
carotte et chou blanc Bio

Pépinettes végé lentilles curry

Œufs durs béchamel

Pépinettes

Panais Bio en gratin
panais Bio

Brie Bio
Plat Bio

Yaourt Bio local
Plat Bio

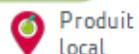
Yaourt aromatisé

Yaourt aromatisé bio

Fruits de saison Bio

Compote pommes Bio Locales
Plat Bio

Poire Belle-Hélène
poire, sauce dessert, amande, crème fouettée



Produit local



Poisson frais



App. Origine Pr



Origine France



Spécialité du chef



Plat végétarien

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