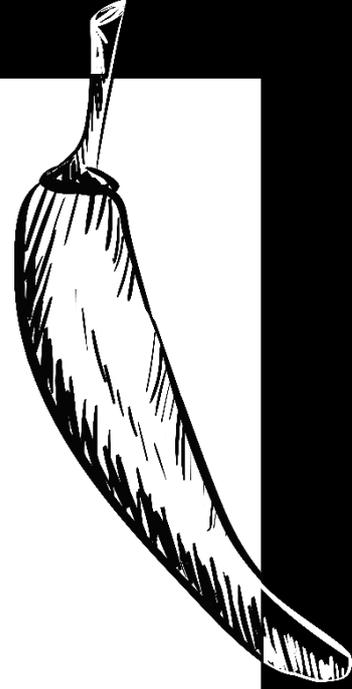


mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES

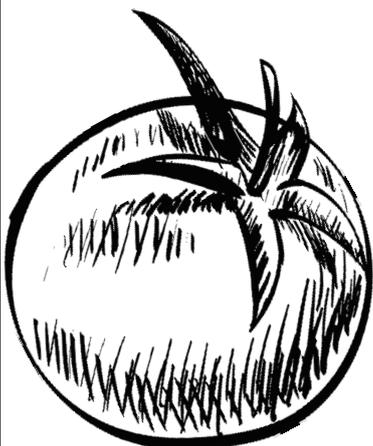


11 semaines de  
Menus

du 24-04 au 07-07-2023

Ecole de CONDRIEU

Commune de  
CONDRIEU





Repas scolaires de CONDRIEU

du 24-avr. au 28-avr.

## Lundi

Salade de riz au thon  
Steak haché de bœuf VBF et son jus court  
Haricots verts au persil  
Emmental  
Fruit de saison 'LOCAL'



## Mardi

### Menus 5 en 4

Macédoine de légumes et vinaigrette à la ciboulette  
Filet de poisson & sa sauce au curry  
Boullgur 'BIO' aux petits oignons  
Coupe de fromage blanc 'BIO' & coulis de fruits



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture biologique

## Jeudi

### A la recherche des œufs de Pâques

Salade verte 'BIO-LOCAL' composée aux croûtons  
Sauté de veau VF aux olives  
Gratin Dauphinois aux pommes de terre 'LOCAL'  
Yaourt nature 'BIO'  
Gâteau au chocolat de Pâques



## Vendredi

### Menus GreenDay

Coleslaw de chou à la vinaigrette  
Parmentier de lentilles à la patate douce  
(Plat complet)  
Pont l'Evèque 'AOC'  
Fruit de saison 'BIO-LOCAL'





# JOYEUSES PÂQUES



---

*Mardi 25 avril 2023*  
*sur ton Restaurant Scolaire*

---



GÂTEAU AU CHOCOLAT



Repas scolaires de CONDRIEU

du 1-mai au 5-mai

**Lundi**

Férié

**Mardi**

Carottes 'LOCAL' râpées &amp; sa vinaigrette citronnée

Filet de poisson &amp; sa sauce à la crème

Pennes 'BIO' à l'huile d'olive

Fromage de chèvre

Crème au chocolat

**BIO**  
RHÔNE ALPESLe pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.

Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

**Jeudi**

Jambon blanc &amp; son cornichon

Emincé de bœuf VBF au Paprika

Courgettes grillées aux herbes de Provence

Cantal 'AOC'

Fruit de saison 'LOCAL'

**Vendredi****Menus GreenDay****Menus 5 en 4**

Salade de tomates au basilic &amp; mozzarella

Omelette 'BIO' au fromage

Riz 'BIO' façon pilaf

Compote de pommes 'Maison'



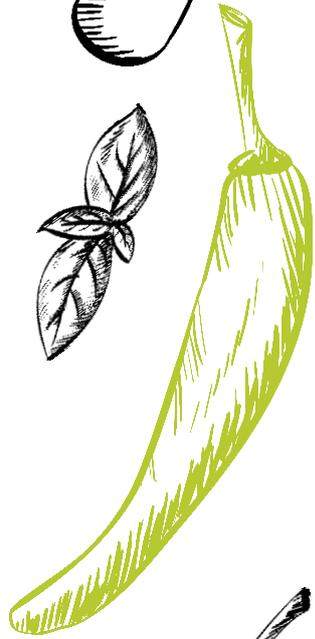


Repas scolaires de CONDRIEU

du 8-mai au 12-mai

**Lundi**

Férié

**Mardi**

Salade de lentilles 'BIO' aux herbes fraîches  
Filet de poulet BBC façon Milanaise  
Haricots beurre à la tomate  
Fromage blanc 'BIO'  
Fruit de saison 'BIO'



Le Pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

**Jeudi**

Menus 5 en 4

Salade verte 'LOCAL' aux dès de Gouda  
Couscous aux boulettes d'agneau  
Semoule de blé BIO



Fruits aux sirop

**Vendredi**

Radis rose & son beurre  
Sauté de porc à la Provençale  
Ratatouille 'Maison'  
Tomme blanche  
Crumble aux fruits 'BIO-LOCAL'





Repas scolaires de CONDRIEU

du 15-mai au 19-mai

**Lundi**

Salade de pois chiches à la Grecque  
Filet de poisson & sa sauce Tartare  
Tomates 'BIO' à la Provençale  
Yaourt 'BIO'  
Fruit de saison 'BIO-LOCAL'

**Mardi****La recette du mois : Petit pot de crème à la mangue**

Voyage en safari africain  
Salade de carottes & avocat  
Poulet façon Yassa  
Riz 'BIO' créole  
Coulommier  
Petit pot de crème à la mangue



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

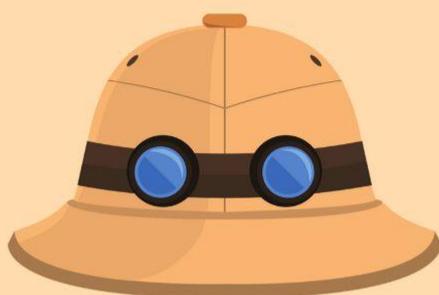
**Jeudi**

Férié

**Vendredi**

Pont de l'Ascension





Voyage en Safari Africain

Mardi 16 mai 2023

Dégustation d'un repas traditionnel  
Au Restaurant Scolaire



mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



# La Recette du mois de mai 2023

## Petit pot de crème À la mangue



### La recette

#### Petit pot de crème À la mangue

- 1) Avec tes parents, coupes les mangues en cube et mixes les avec le lait de coco.
- 2) Ajoutes le jus du citron vert et le sucre puis mixes de nouveau.
- 3) Ajoutes la crème liquide et mixes une nouvelle fois.
- 4) Verses dans de jolis pots ou verrines afin d'obtenir des portions individuelles.
- 5) Laisse reposer au réfrigérateur au minimum 2 heures.

Régales toi !



#### Ingédients :

Pour 6 personnes

- 20g de sucre en poudre
- 2 mangues ou 300g de mangue fraîche surgelée
- 20cl de lait de coco
- 1 citron vert
- 1 cuillère à soupe de crème liquide

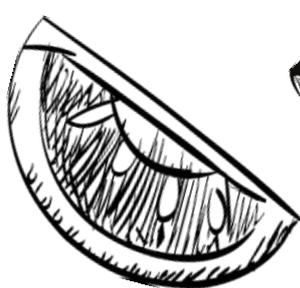


M R S  
mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



Pour plus de gourmandises, tu peux ajouter des morceaux de mangue sur le dessus du petit pot ou des copeaux de noix de coco





Repas scolaires de CONDRIEU

du 22-mai

au 26-mai

## Lundi

Taboulé à l'Oriental  
Filet de poisson en croûte d'herbes  
Haricots verts en persillade  
Fromage blanc 'BIO'  
Fruit de saison 'LOCAL'



## Mardi

Coleslaw 'LOCAL' à la vinaigrette  
Chipolatas VPF grillées  
Polenta moelleuse  
Saint Nectaire 'AOC'  
Compote de pommes 'BIO' et rhubarbe



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

## Jeudi

Salade de perles marines  
Sauté de veau façon Marengo  
Poêlée d'aubergine 'BIO' aux herbes  
Comté 'AOP'  
Flan au caramel 'Maison'



## Vendredi

Menus 5 en 4 **Menus GreenDay**

Salade de betterave à la féta & vinaigrette  
Lasagne de légumes du soleil & haricots rouges  
(Plat complet : Légumes du soleil 'BIO-LOCAL')



Fruit de saison 'BIO-LOCAL'





Repas scolaires de CONDRIEU

du 29-mai au 2-juin

**Lundi**

Férié

**Mardi**

Salade de concombre à la menthe  
Filet de poulet Tikka Massala  
Riz façon créole  
Pont l'Evêque 'AOC'  
Compote de pommes meringuée



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture biologique

**Jeudi**

Salade verte 'BIO-LOCAL' aux croûtons  
Filet de poisson & sa sauce au curry  
Blé à l'huile d'olive  
Yaourt 'BIO'  
Moelleux au citron

**Vendredi**

Salade de coquille aux poivrons  
Steak de bœuf VBF au jus  
Ratatouille 'Maison'  
Morbier  
Fruit de saison 'LOCAL'



\* Sous réserve des possibilités d'approvisionnement



Repas scolaires de CONDRIEU

du 5-juin au 9-juin

## Lundi

### Menus 5 en 4

Salade de brocolis aux amandes & dès de Cantal  
Emincé de porc aux olives  
Farfalles au beurre

Fruit de saison 'BIO-LOCAL'



## Mardi

### Menus GreenDay

Salade comme une Grecque aux tomates et concombre  
Moussaka végétarienne aux lentilles 'BIO' et aubergines 'LOCAL'  
(Plat complet végétarien)

Emmental

Compote de pommes 'BIO-LOCAL' à la vanille

Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.

Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture biologique

## Jeudi

### La Fraich' Attitude

Assiette de melon 'LOCAL'  
Omelette BIO aux herbes

Poêlée de pommes de terre &amp; courgettes 'LOCAL'

Brie AOC

Abricots &amp; pêches 'LOCAL' aux amandes



## Vendredi

Houmous de pois chiches & son toast  
Filet de poisson & sa sauce ciboulette  
Poêlée de carottes jaunes & oranges  
Fromage blanc 'BIO'  
Fruit de saison 'LOCAL'



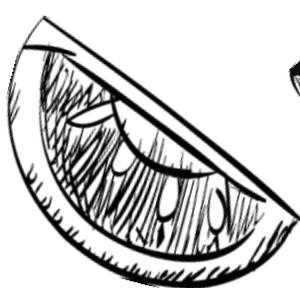
# *La Fraich'Attitude*



**Jeudi 8 juin 2023**

*Viens découvrir  
les produits frais et locaux  
sur ton restaurant scolaire*





Repas scolaires de CONDRIEU

du 12-juin

au

16-juin

Lundi

**Menus GreenDay**

Radis rose & son beurre  
Galette de quinoa à la sauce tomate  
Riz BIO façon pilaf  
Mimolette  
Fruit frais 'LOCAL'



Mardi

Salade de pommes de terre aux cornichons  
Filet de poisson & sa sauce aux crustacés  
Poêlée de légumes de saison  
Yaourt 'BIO'  
Fruit de saison 'BIO-LOCAL'



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

Jeudi

Assiette de pastèque  
Sauté d'agneau VF aux abricots secs  
Tortis BIO au beurre  
Edam  
Compote de pommes & son biscuit



Vendredi

**La recette du mois : Le tartare de tomate et mozzarella**

**Menus 5 en 4**

Le tartare de tomate & mozzarella  
Rôti de porc à la moutarde à l'ancienne  
Gnocchis poêlée



Glace



# La Recette du mois de juin 2023

## Le Tartare de tomates & mozzarella



### La recette

### Le Tartare de tomate & Mozzarella

- 1) Avec tes parents, mets 4 assiettes 20 min au congélateur.
- 2) Rinces les tomates, retires le pédoncule, et coupes-les en deux.
- 3) Presses chaque moitié afin d'éliminer les graines puis détailles-les en tout petits dés.
- 4) Coupes les tomates confites et les oignons. Réunis tous ces ingrédients.
- 5) Dans un bol, mélanges le vinaigre balsamique, la moutarde et 2 pincées de fleur de sel. Délayes avec l'huile d'olive. Poivre au moulin. Fouettes à la fourchette pour bien émulsionner cette vinaigrette.
- 6) Assaisonne le tartare de tomates de cette sauce.
- 7) Tasses un quart de ce tartare dans un ramequin. Démoules sur une assiette bien froide. Procèdes de la même manière pour les 3 autres tartares.
- 8) Disposes 1 boule de mozzarella ouverte sur chaque tartare et parsème de basilic ciselé.
- 9) Sers sans attendre.

Régalés toi !

Juin

### Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 8 tomates moyennes
- 4 tomates confites
- 4 oignons frais
- 4 petites boules de mozzarella
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 2 cuil. à café de vinaigre balsamique
- 1 cuil. à café de moutarde forte
- 1/2 botte de basilic
- fleur de sel, poivre



**M R S**  
mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



Pour épater tes amis, tu peux varier les goûts de ce tartare de tomates, pour cela, Suis les conseil du chef Dragon :

#### Pour une saveur à l'italienne :



Ajoute 6 filets d'anchois hachés et 2 cuillères à soupe de câpres au vinaigre à ce tartare de tomates. Quelques olives noires peuvent aussi être les bienvenues.



#### Pour une saveur à l'orientale :

Panache tomates rouges et tomates vertes puis parfume la sauce de cumin en poudre, coriandre ciselée.

Tu peux également servir ce tartare de tomate mozzarella à l'intérieur d'une grosse tomate évider « à farcir »





Repas scolaires de CONDRIEU

du 19-juin au 23-juin

## Lundi



**Menus GreenDay**  
Salade de haricots verts façon Niçoise  
Omelette 'BIO' au fromage  
Carottes 'LOCAL' braisées aux oignons  
Yaourt aromatisé  
Fruits de saison



## Mardi

Tranche de melon  
Paella Valencienne  
(Plat complet à base de riz 'BIO')  
Fromage de chèvre  
Compote de pommes 'BIO-LOCAL'



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture biologique

## Jeudi

Taboulé Oriental  
Sauté de bœuf braisé aux oignons  
Poêlée de courgettes  
Yaourt nature 'BIO'  
Fruit de saison



## Vendredi

### Menus 5 en 4

Salade verte 'BIO' aux croûtons et dès de Cantal 'AOC'  
Filet de poisson & sa sauce vierge  
Ratatouille 'Maison'



Marbré au chocolat

\* Sous réserve des possibilités d'approvisionnement



Repas scolaires de CONDRIEU

du 26-juin

au

30-juin

**Lundi****Menus 5 en 4**Tranche de pastèque  
Emincé de poulet 'Label Rouge' au curry  
Boullgour façon pilaf

Coupe de fromage blanc aux fruits rouges

**Mardi**

Wrap au crudités

Steak de bœuf &amp; sa sauce au poivre

Tomates BIO à la Provençale

Comté

Fruit de saison 'LOCAL'

Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.

Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture biologique

**Jeudi**

Un avant goût des vacances - Fête foraine

Salade verte 'LOCAL' et vinaigrette à la ciboulette

Hot Dog

Pommes frites

Yaourt nature BIO

Glace

**Vendredi****Menus GreenDay**

Salade de betterave aux herbes fraîches

Quenelle nature 'Région' à la sauce tomate

Riz BIO façon créole

Camembert AOC

Fruit de saison



\* Sous réserve des possibilités d'approvisionnement

# Jeudi 29 juin 2023



## Un avant goût des vacances à la fête foraine



**M R S**

mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



Repas scolaires de CONDRIEU

du 3-juil.

au 7-juil.

**Lundi**

Céréales gourmandes aux raisins secs  
Filet de poisson en croûte d'herbes  
Carottes sautées au cumin  
Tomme blanche  
Fruit de saison 'LOCAL'

**Mardi**

Radis rose croque en bouche  
Filet de poisson pané 'Maison'  
Gratin de courgettes 'BIO-LOCAL'  
St Nectaire 'AOC'  
Compote de pommes & fruits rouges 'LOCAL'



Le pain servi aux enfants provient de la boulangerie :  
"Relais des Granges" à CONDRIEU.



Il est produit avec de la farine "locale" issue de l'Agriculture Biologique

**Jeudi**Menus 5 en 4 **Menus GreenDay**

Coleslaw 'LOCAL' en vinaigrette  
Spaghettis aux lentilles comme une bolognaise sans viande  
(Plat complet - Spaghetti)



Fromage blanc aux fraises 'LOCAL' &amp; coulis

**Vendredi**

Pique Nique de fin d'année

Salade de riz aux tomates cerises  
Club sandwich au concombre, jambon & fromage frais  
Chips  
Babybel  
Tranche de pastèque

