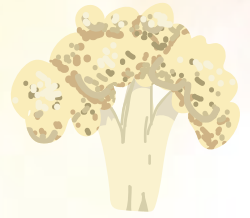


# Menu des Couleurs

du 6 au 12 janvier 2025



## Lundi

Menu Alternatif

Salade de **pommes de terre BIO** rosa <sup>(38)</sup>

**Pizza BIO** au fromage de **Rives** <sup>(38)</sup>

Petits pois au jus

Yaourt

**Pomme HVE de la Coccinelle** <sup>(38)</sup>

## Jeudi

Menu Salamandre

Salade d'endives

Saucisse **du Nord Isère** à la sauce Royale

**Chou-fleur HVE de Jarcieu** <sup>(38)</sup> en béchamel

Fromage blanc à la vanille

Galette des Rois

Alternatif : Quenelles à la sauce tomate



## Mardi

Macédoine

Blanquette de **poisson MSC** aux petits légumes

**Semoule BIO**

Coulommiers

Orange

Alternatif : Blanquette de légumes

## Vendredi

Salade Verte

Bœuf **de chez Carrel** <sup>(38)</sup> en bourguignon

**Coquillettes BIO**

Bleu doux **de l'Auvergne** <sup>(43)</sup>

Mandarine

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail

*Peut-être dégusté avec la salade verte.*



Bon Appétit !



Quel Roi de France avait pris pour emblème la Salamandre ?



Alerte, je suis en voie de disparition : écrasée sur les routes, moins de zones humides, et mes larves sont mangées par les poissons introduits par l'homme.

Le département de l'**Isère** et la région **AURA** investissent pour ma protection. Roulez doucement sur les routes !

En savoir plus....



# Menu des Couleurs

du 13 au 19 Janvier 2025



## Lundi

Menu Alternatif

Betteraves

Chili sin carné

Riz BIO

Yaourt à la châtaigne de chez Collet <sup>(42)</sup>

Poire HVE de la Valloire <sup>(26)</sup>

## Mardi

Taboulé

Filet de poisson MSC meunière

Epinards BIO en béchamel

Tomme de nos montagnes <sup>(43)</sup>

Compote

Alternatif : Pavé végétal

## Jeudi

Menu Montagnard

Salade verte

Tartiflette traditionnelle

aux pommes de terre HVE de Gillonnay <sup>(38)</sup>

Yaourt BIO de Léoncel <sup>(26)</sup>

Orange

Alternatif : Tartiflette végétale

## Vendredi

Salade de pépinettes

Sauté de volaille française aux herbes

Carottes HVE de St Prim <sup>(38)</sup> braisées

Carré du Trièves BIO du Mont Aiguille <sup>(38)</sup>

Cake à la myrtille de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Boulettes au sarrasin et aux lentilles

Bon Appétit !







# Menu des Couleurs

du 20 au 26 janvier 2025



## Lundi

**Alternatif** Loup Gris

Salade de lentilles & ciboulette

**Raviolis BIO** aux champignons et à l'ail des ours <sup>(26)</sup> en sauce grise

Yaourt nature **de chez Collet** <sup>(42)</sup>

& Copeaux de chocolat façon **Stracciatella**

À saupoudrer sur le yaourt.

## Jeudi

**Alternatif**

**Carottes HVE** <sup>(38)</sup> râpées

Boulettes de bœuf **de chez Carrel** <sup>(38)</sup>

Riz safrané

**Saint Marcellin IGP BIO** <sup>(38)</sup>

Compote

*Alternatif : Tomate farcie végétale*

## Mardi

Menu Local AURA

Salade de **pommes de terre BIO** <sup>(38)</sup> Piémontaise

Rôti de porc **de chez Carrel** <sup>(38)</sup> aux 2 moutardes

**Courgettes HVE** <sup>(38)</sup> au fromage **d'Ardèche** <sup>(07)</sup>

Brique **d'Auvergne** <sup>(43)</sup>

**Kiwi HVE de la Vallée du Rhône** <sup>(26)</sup>

*Alternatif : Omelette*

## Vendredi

Menu Multicolore

Salade de chou rouge

**Poisson label MSC** aux céréales

**Petits pois & carottes BIO**

Yaourt nature

Gâteau aux pralines **de l'Etape Gourmande**

*Alternatif : Boulettes de blé*

Bon Appétit !

Que mange le loup ?  
Connais-tu des contes  
avec des loups célèbres ?

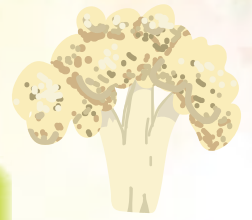
Un indice, je suis carnivore.





# Menu des Couleurs

du 27 janvier au 2 février 2025



## Lundi

Salade Napoli  
 Petit colin MSC à l'estragon  
 Chou-fleur BIO en béchamel  
 Buchette  
 Purée de Pommes HVE de la ferme des cerises <sup>(38)</sup>  
 Alternatif : Tarte au fromage

## Jeudi

Menu Alternatif

Salade de petits pois et de lentilles  
 Quenelles à la sauce tomate & aux olives  
 Haricots verts  
 Tomme de Yenne <sup>(73)</sup>  
 Kiwi HVE de la Vallée du Rhône <sup>(26)</sup>

## Mardi

Menu alternatif

Salade d'endives  
 Murçon Matheysin de chez Motte viandes <sup>(38)</sup>  
 Pommes de terre HVE <sup>(38)</sup> en persillade  
 Fromage blanc nature BIO

Flan au caramel  
 Alternatif : Galettes de légumes

À trancher et à déguster trempé dans le fromage blanc.

## Vendredi

Menu Serpent Vert



Salade Verte  
 Nems à la volaille française  
 Riz cantonais  
 Yaourt à la framboise  
 Cake BIO aux litchis de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
 Pain aux herbes de l'Etape Gourmande <sup>(38)</sup>  
 Alternatif : Samoussas de légumes



Bon Appétit !



Selon l'astrologie chinoise, le Serpent est le signe de la sagesse et de la maturité d'esprit.



Connais-tu des noms de serpents et que mangent-ils ?

Un indice, je suis carnivore.







# Menu des Couleurs

du 3 au 9 février 2025



## Lundi

Menu Chandeleur

### Betteraves BIO

Crêpe bretonne garnie avec du Poulet français, de la béchamel & des champignons

Fromage râpé

Orange

Alternatif : Crêpe béchamel, fromage, champignons

## Jeudi

Carottes HVE <sup>(38)</sup> râpées

### Croziflette BIO

Traditionnelle

Petit suisse nature

Pomme BIO de la Vallée du Rhône <sup>(38)</sup>

Alternatif : Croziflette végétale

## Mardi

Salade d'endives

Blanquette de poisson label MSC

### Semoule BIO

Fromage blanc de chez Gérentes <sup>(43)</sup>

Mousse au chocolat

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

## Vendredi

Menu Alternatif

Taboulé

Oeufs brouillés

Epinards BIO en béchamel

Coulommiers

Cake au pépites chocolat Gourmand <sup>(38)</sup>

Bon Appétit !





# Menu des Couleurs



du 10 au 16 février 2025

## Lundi

Macédoine

Moules au curry

**Pennes BIO**

Tomme **du Châtelard** <sup>(38)</sup>

Kiwi HVE **de la Drôme** <sup>(26)</sup>

Alternatif : Pennes sauce aux lentilles corail

## Jeudi

Salade Verte

Bœuf **de chez Carrel** <sup>(38)</sup> façon Stroganov

**Carottes BIO** braisées **de la Drôme** <sup>(26)</sup>

**Saint Marcellin IGP** <sup>(38)</sup>

**Cake BIO** nature **de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>

Alternatif : Feuilleté au fromage

## Mardi

Salade de coeur de blé à la Provençale

Saucisse au fromage **de Savoie** <sup>(38)</sup>

**Haricots verts BIO**

Fromage blanc nature

Purée de **Pommes HVE** de la ferme des cerises <sup>(38)</sup>

Alternatif : Omelette

## Vendredi

**Menu Alternatif** **Coeur Rose**

Une histoire à 2, c'est toujours une petite

**Salade de betteraves**

Épicée comme le **Chili sin carne**

car je t'aime plus que le **Riz BIO** et les petits pois.

Avec la douceur du **Yaourt à la framboise** <sup>(42)</sup>

Pour ma petite **Meringue Rose** <sup>(38)</sup> craquante !

**Pain à la tomate de l'Etape Gourmande** <sup>(38)</sup>



Bon Appétit !







# Menu des Couleurs



du 17 au 23 février 2025

## Lundi

Salade de **pommes de terre** & haricots verts

Filet de **poisson MSC** meunière

**Potimarron BIO** <sup>(38)</sup> en béchamel

Fromage blanc **de chez Gérentes** <sup>(43)</sup>

Miel **de la plaine de la Bièvre** <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Crêpe au fromage*

## Jeudi

Salade Napoli

Cordon bleu **viande française**

Ratatouille aux légumes **de notre région**

Fourme **d'Auvergne** <sup>(43)</sup>

**Pomme BIO de Ville-sous-Anjou** <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Falafels BIO de Sassenage*

## Mardi

Menu Alternatif

**Carottes HVE** <sup>(38)</sup> râpées

Couscous de légumes

& **Semoule BIO**

Tomme **de nos montagnes** <sup>(43)</sup>

**Compote BIO**

## Vendredi

Menu d'Hiver

Salade Verte

Tartiflette **de Savoie**

aux **pommes de terre BIO de Thodure** <sup>(38)</sup>

Fromage blanc nature

Gâteau de Savoie **Gourmand** <sup>(38)</sup>

*Alternatif : Tartiflette végétale*

Bon Appétit !



**JEUDI**  
9 JANVIER  
**2025**

Longévité  
20 ans

Taille  
15 cm

Poids  
30 g

**SALAMANDRE**  
**TACHETÉE**  
**SALAMANDRE**  
**TACHETÉE**  
**SALAMANDRE**  
**TACHETÉE**



**A m p h i b i e n**  
**nocture** on me trouve dans les forêts fraîches et humides et à proximité de points d'eau.

Menacée par la disparition des **zones humides**, **fragmentation des habitats**, **pollution** des eaux des sites de reproduction, mortalité sur les **axes routiers** et l'arrivée d'un **champignon pathogène** asiatique très contagieux.

En savoir plus...

## QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

Je me nourris d'insectes, lombrics, limaces, araignées, myriapodes. J'ai une démarche pataude et j'ai la particularité de pouvoir régénérer des parties perdues ou blessées de mon corps très rapidement et de me défendre par la sécrétion d'une neurotoxine, le samandarine. Mes prédateurs sont le hérisson et la couleuvre à collier.

- ESPÈCE PROTÉGÉE - MESURES PRÉVENTIVES PRISES EN ISÈRE ET RÉGION AURA -

Protégée  
depuis  
1976  
Danger!!



## LUNDI

20 janvier


# 2025

Longévité  
16 ans

Taille  
76 cm

Poids  
38 kg

**LOUP  
GRIS  
LOUP  
GRIS  
LOUP  
GRIS  
LOUP  
GRIS**



En décembre 2024, l'UE vient de **rérograder mon statut de protection**. Ce **nouveau recul écologique** pause la question :

Est-ce que l'homme peut réapprendre à coexister avec la faune sauvage ?

En rayons l'effondrement du vivant et de la biodiversité.

D'autres espèces comme l'ours, le lynx ou le cormoran risquent de connaître le même sort.

### QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

Le loup chasse seul ou en meute. Ces proies sont de tailles très diverses, allant de la souris au cerf, en passant par le chevreuil, le lièvre, le lapin, la marmotte, le renard, les oiseaux ou même les reptiles et batraciens.

- CANIS LUPUS LUPUS EST UNE ESPÈCE DE CANIDÉS REGROUPANT LES LOUPS, LES CHIENS ET LES DINGOS. ANIMAL SOCIAL VIVANT EN MEUTE -

Protégée  
depuis  
1982  
Danger!!

## VENDREDI

31 janvier

# 2025

Longévité  
25 ans

Taille  
90 cm

Poids  
250 g

# SERPENT VERT

# SERPENT VERT

# SERPENT VERT

# SERPENT VERT

Les serpents m u e n t généralement deux à trois fois par an. Ils n'ont pas le sang froid, leur température varie avec celle de leur environnement.

En apprenant à les connaître, vous vous affranchirez de la peur des serpents et vous chercherez même à les protéger.

Ne confondez pas le serpent et l'orvet : l'orvet est un lézard sans pattes.

Seule la vipère a du venin, en cas de morsure, il faut se rendre calmement à l'hôpital.

## QUEL EST MON RÉGIME ALIMENTAIRE ?

La couleuvre vipérine se nourrit principalement de proies aquatiques, essentiellement des poissons, mais aussi des amphibiens. La Vipère aspic mange des mulots, campagnols, musaraigne, taupe...mais aussi de lézards, petits oiseaux, et rarement des amphibiens.

- L'ENSEMBLE DES SERPENTS SONT PROTÉGÉS EN FRANCE -  
- IL EST INTERDIT DE LES TUER, CAPTURER OU DÉRANGER -

Protégés  
depuis  
2021

Danger!!