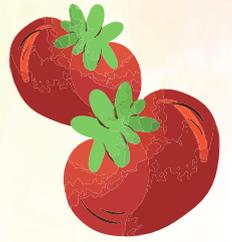




# Menu des Couleurs

du 24 février au 2 mars 2025



## Lundi

Rougail saucisse française

Riz BIO

Fromage blanc à la vanille

Ananas au sirop

Alternatif : Rougail aux haricots

## Mardi

Alternatif

Omelette

Epinards BIO en béchamel

Verchicors de Vercors Lait <sup>(38)</sup>

Semoule au lait

## Mercredi

Salade de pommes de terre <sup>(38)</sup> mimosa

Filet de poisson MSC pané

Haricots verts BIO en persillade

Kiwi label HVE <sup>(26)</sup>

Alternatif : Pané gouda

## Jeudi

Menu Rouge-Gorge

Soupe de tomates du Chef

Coquillettes BIO

à la bolognaise égréné de boeuf de chez Carrel <sup>(38)</sup>

Fromage râpé

Compote à la fraise

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



## Vendredi

Coleslaw

Haut de cuisse de poulet français au jus

Courgettes BIO au fromage d'Ardèche <sup>(07)</sup>

Tarte au flan Gourmande <sup>(38)</sup>

Alternatif : Tortilla



Connais-tu mon régime alimentaire ?

Un indice, je mange ce que je trouve dans ton jardin.

Dimanche,  
c'est la fête  
des Mamies !



Bon Appétit !

Ces menus sont validés par Mylène Reynaud notre diététicienne et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements. Toutes nos viandes sont d'origine France et/ou locale sous réserve d'approvisionnement. Les plats contiennent des allergènes majeurs : gluten, crustacés, oeuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, sulfites, lupin, mollusque.

Le rouge-gorge est insectivore et mange principalement des invertébrés : limaces, escargots, chenilles mais aussi des baies et des graines. N'oublie pas de le nourrir en hiver si tu en vois un dans ton jardin.



# Menu des Couleurs

du 3 au 9 mars 2025



## Lundi

### Taboulé BIO

Boulettes de bœuf **de chez Carrel** <sup>(38)</sup> au poivre  
**Carottes label HVE** <sup>(26)</sup> braisées  
**Pomme HVE de la Vallée du Rhône** <sup>(38)</sup>  
Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

## Mardi

### Menu Carnaval des Animaux

Salade verte *pour les herbivores*  
Emincé de poulet français *pour les carnivores*  
**Pommes de terre BIO** <sup>(38)</sup> & navets *des omnivores*  
Beignet au chocolat *pour les gourmands !*  
Alternatif : Pavé végétal

## Mercredi

### Alternatif

Salade de **lentilles BIO**  
Gratin de pâtes  
au **potimarron HVE** <sup>(38)</sup>  
Orange

## Jeudi

Blanquette de veau français à l'ancienne  
Riz  
Brique d'**Auvergne** <sup>(43)</sup>  
**Compote BIO**  
Alternatif : Blanquette de légumes

## Vendredi

**Carottes HVE** <sup>(38)</sup> râpées  
Saucisse **de chez Carrel** <sup>(38)</sup>  
Mogettes à la tomate  
**Petit suisse nature BIO**  
Alternatif : Feuilleté au fromage



Qui a composé le  
Carnaval des Animaux ?



**JEUDI**  
27 février  
**2025**

Longévité  
11 ans

Taille  
12,5 cm

Poids  
22 g

**ROUGE**  
GORGE  
**ROUGE**  
GORGE  
**ROUGE**  
GORGE



Pourquoi ne voit-on qu'un seul rouge-gorge ?

Qu'un chat ou un concurrent s'aventure sur son territoire et votre rouge-gorge lance un «tic-tic-tic» sec et aigu. Avec ce **cri d'alarme** et sa posture **défensive**, ailes abaissées et queue agitée, les intrus n'en mènent pas large. Tandis que son **gazouillis mélodieux** et doux marque sa satisfaction, c o m m e un **porte-bonheur**.

## QUE DONNER À UN ROUGE-GORGE EN HIVER ?

Lorsque le sol est recouvert de neige, les rouges-gorges peinent à trouver leur nourriture habituelle. Voici quelques aliments appréciés par les rouges-gorges : **Graines de tournesol, flocons d'avoine, miettes de pain sec, fruits secs ou frais** (pommes, baies)

- SONT INTERDITS LA DESTRUCTION DES NIDS, LA MUTILATION, LA CAPTURE OU L'ENLÈVEMENT, LA NATURALISATION QU'ILS SOIENT VIVANTS OU MORTS, LEUR TRANSPORT, LEUR VENTE OU LEUR ACHAT. -  
- MALGRÉ CELA, ILS SONT ENCORE VICTIMES DE BRACONNAGE, SURTOUT DANS LE MIDI DE LA FRANCE. -

Espèce  
protégée  
depuis  
2009