



Menu des Couleurs

du 6 au 12 janvier 2025



Lundi

Menu Alternatif

Salade de **pommes de terre BIO** rosa ⁽³⁸⁾

Pizza BIO au fromage de **Rives** ⁽³⁸⁾

Petits pois au jus

Pomme HVE de la Coccinelle ⁽³⁸⁾

Mardi

Blanquette de **poisson MSC** aux petits légumes

Semoule BIO

Coulommiers

Orange

Alternatif : Blanquette de légumes

Jeudi

Menu Salamandre

Salade d'endives

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

Chou-fleur HVE de Jarcieu ⁽³⁸⁾ en béchamel

Galette des Rois

Alternatif : Quenelles à la sauce tomate



Vendredi

Salade Verte

Bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ en bourguignon

Coquillettes BIO

Mandarine

Alternatif : Coquillettes sauce lentilles corail



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

Chili sin carné

Riz BIO

Yaourt à la châtaigne **de chez Collet** ⁽⁴²⁾

Poire HVE de la Valloire ⁽²⁶⁾

Mardi

Taboulé

Filet de **poisson MSC** meunière

Epinards BIO en béchamel

Compote

Alternatif : Pavé végétal

Jeudi

Menu Montagnard

Salade verte

Tartiflette traditionnelle

aux **pommes de terre HVE de Gillonnay** ⁽³⁸⁾

Yaourt BIO de Léoncel ⁽²⁶⁾

Orange

Alternatif : Tartiflette végétale

Vendredi

Sauté de volaille française aux herbes

Carottes HVE de St Prim ⁽³⁸⁾ braisées

Carré du Trièves BIO du Mont Aiguille ⁽³⁸⁾

Cake à la myrtille **de l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾

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 ⁽²⁶⁾ en sauce grise

Yaourt nature **de chez Collet** ⁽⁴²⁾

& Copeaux de chocolat façon Stracciatella

À saupoudrer sur le yaourt.

Mardi

Menu Local AURA

Salade de **pommes de terre BIO** ⁽³⁸⁾ Piémontaise

Rôti de porc **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ aux 2 moutardes

Courgettes HVE ⁽³⁸⁾ au fromage **d'Ardèche** ⁽⁰⁷⁾

Kiwi HVE de la Vallée du Rhône ⁽²⁶⁾

Alternatif : Omelette

Jeudi

Boulettes de bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾

Riz safrané

Saint Marcellin IGP BIO ⁽³⁸⁾

Compote

Alternatif : Tomate farcie végétale

Vendredi

Menu Multicolore

Salade de chou rouge

Poisson label MSC aux céréales

Petits pois & carottes BIO

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
Purée de **Pommes HVE** de la ferme des cerises ⁽³⁸⁾
Alternatif : Tarte au fromage

Mardi

Salade d'endives
Murçon **Matheysin de chez Motte viandes** ⁽³⁸⁾
Pommes de terre HVE ⁽³⁸⁾ en persillade
Fromage blanc nature BIO
Alternatif : Galettes de légumes

À trancher et à déguster
trempé dans le fromage blanc.

Jeudi

Menu Alternatif

Quenelles à la sauce tomate & aux olives
Haricots verts
Tomme **de Yenne** ⁽⁷³⁾
Kiwi HVE de la Vallée du Rhône ⁽²⁶⁾

Vendredi

Menu Serpent Vert

Salade Verte
Nems à la volaille française
Riz cantonais
Cake BIO aux litchis **de l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾
Pain aux herbes de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾
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

Mardi

Salade d'endives

Blanquette de poisson label MSC

Semoule BIO

Fromage blanc de chez Gérentes ⁽⁴³⁾

Alternatif : Blanquette de légumes aux petits pois

Jeudi

Carottes HVE ⁽³⁸⁾ râpées

Croziflette BIO

Traditionnelle

Pomme BIO de la Vallée du Rhône ⁽³⁸⁾

Alternatif : Croziflette végétale

Vendredi

Menu Alternatif

Oeufs brouillés

Epinards BIO en béchamel

Coulommiers

Cake au pépites chocolat Gourmand ⁽³⁸⁾

Bon Appétit !





Menu des Couleurs

du 10 au 16 février 2025



Lundi

Moules au curry

Pennes BIO

Tomme **du Châtelard** ⁽³⁸⁾

Kiwi HVE **de la Drôme** ⁽²⁶⁾

Alternatif : Pennes sauce aux lentilles corail

Mardi

Salade de coeur de blé à la Provençale

Saucisse au fromage **de Savoie** ⁽³⁸⁾

Haricots verts BIO

Purée de **Pommes HVE** de la ferme des cerises ⁽³⁸⁾

Alternatif : Omelette

Jeudi

Salade Verte

Bœuf **de chez Carrel** ⁽³⁸⁾ façon Stroganov

Carottes BIO braisées **de la Drôme** ⁽²⁶⁾

Cake BIO nature **de l'Etape Gourmande** ⁽³⁸⁾

Alternatif : Feuilleté au fromage

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** ⁽⁴²⁾

Pain à la tomate de l'Etape Gourmande ⁽³⁸⁾



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 ⁽³⁸⁾ en béchamel
Fromage blanc **de chez Gérentes** ⁽⁴³⁾
Alternatif : Crêpe au fromage

Mardi

Menu Alternatif

Couscous de légumes
& **Semoule BIO**
Tomme **de nos montagnes** ⁽⁴³⁾
Compote BIO

Jeudi

Salade Napoli
Cordon bleu **viande française**
Ratatouille aux légumes **de notre région**
Pomme BIO de Ville-sous-Anjou ⁽³⁸⁾
Alternatif : Falafels BIO de Sassenage

Vendredi

Menu d'Hiver

Salade Verte
Tartiflette **de Savoie**
aux **pommes de terre BIO de Thodure** ⁽³⁸⁾
Gâteau de Savoie **Gourmand** ⁽³⁸⁾
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 samandarin. Mes prédateurs sont le hérisson et la couleuvre à collier.

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

Protégée
depuis
1976
Danger!!