



Menus du scolaires et du CLSH 30% Bio de la ville de Jouques



Engagements Garig :

Le Pain
Artisanal et local



Les volailles
Exclusivement
Label Rouge



Le boeuf
Exclusivement
Race à viande



Toutes les viandes
Exclusivement
origine France



Des Poissons
Exclusivement issus
de la pêche durable



Les fromages
Majoritairement à la
coupe et AOC



Menu Végétarien :
1 fois par semaine



Des produits Locaux
Dès que possible



Elaboré dans nos
locaux



Des produits issus
de l'Agriculture
Biologique = en vert



Pour suivre l'actualité
de Garig sur les
réseaux sociaux :



lundi 2 septembre 2024	mardi 3 septembre 2024	mercredi 4 septembre 2024	jeudi 5 septembre 2024	vendredi 6 septembre 2024
<p>Filet de poisson meunière & quartier de citron</p> <p>Pomme de terre sautées</p> <p>Gouda</p> <p>Melon</p>	<p>Menu Végétarien</p> <p>Tromates croq'sel</p> <p>Cappelletis aux 4 fromages en sauce tomate</p> <p>Yaourt Artisanal du Champsaur</p>	<p>Steak haché de bœuf au jus</p> <p>Riz de Camargue IGP</p> <p>Fourme d'Ambert AOP</p> <p>Pêche</p> <p><i>Sans viande : Risotto Provençale Parmesan Compote, barre bretonne</i></p>	<p>Concombres crème ciboulette</p> <p>Tajine de veau au citron</p> <p>Semoule</p> <p>Fromage frais aux fruits</p> <p><i>Sans viande : Tajine de légumes pois chiches</i></p>	<p>Salade verte & dés d'emmental</p> <p>Filet de lieu sauce vierge</p> <p>Carottes persillées</p> <p>Gâteau aux pépites chocolat</p>
lundi 9 septembre 2024	mardi 10 septembre 2024	mercredi 11 septembre 2024	jeudi 12 septembre 2024	vendredi 13 septembre 2024
<p>Saucisse de Lozère HVE</p> <p>Lentilles mijotées IGP</p> <p>Saint Nectaire AOP</p> <p>Banane</p> <p><i>Sans viande : Riz aux petits légumes</i></p>	<p>Tranche de pastèque</p> <p>Nugget's de volaille (aux filet de poulet français)</p> <p>Petits pois mijotés</p> <p>Petit suisse nature & Miel</p> <p><i>Sans viande : Nugget's de blé</i></p>	<p>Gardiane de Taureau</p> <p>Tortis & emmental râpé</p> <p>Saint Paulin</p> <p>Nectarine</p> <p><i>Sans viande : sc tomate au fromage brebis Pain & chocolat</i></p>	<p>Menu Végétarien</p> <p>Salade verte & gouda</p> <p>Omelette nature roulée</p> <p>Haricots verts sautés</p> <p>Purée de pommes locales</p>	<p>La Ciotat fait son cinéma</p> <p>Salade de riz farenole</p> <p>Filet de merlan sauce Nantua</p> <p>Poêlée de légumes du soleil</p> <p>Pop corn caramélisé</p>
lundi 16 septembre 2024	mardi 17 septembre 2024	mercredi 18 septembre 2024	jeudi 19 septembre 2024	vendredi 20 septembre 2024
<p>Menu Végétarien</p> <p>Dés concombres & emmental</p> <p>Aubergines à la Parmesane</p> <p>& Riz de Camargue IGP</p> <p>Fromage frais aux fruits</p>	<p>Calamars frais à la Sétoise</p> <p>Penne Rigate & emmental râpé</p> <p>Cantal AOP</p> <p>Pêche</p>	<p>Rôti de dinde LBR & Ketchup</p> <p>Pomme de terre vapeur</p> <p>Edam</p> <p>Pastèque</p> <p><i>Sans viande : Omelette basquaise Quatre quart, compote</i></p>	<p>Salade de tomates</p> <p>Sauté de Bœuf Mode</p> <p>Carottes persillées</p> <p>Yaourt nature & confiture</p> <p><i>Sans viande : lentilles mijotées / Boulgour</i></p>	<p>Tranche de melon</p> <p>Filet de poisson pané & quartier de citron</p> <p>Ratatouille à la Niçoise</p> <p>Fromage blanc & miel</p>
lundi 23 septembre 2024	mardi 24 septembre 2024	mercredi 25 septembre 2024	jeudi 26 septembre 2024	vendredi 27 septembre 2024
Semaine Européenne du Développement Durable				
<p>Menu Responsable Produits sous signe de qualité</p> <p>Salade verte en vinaigrette</p> <p>Daube de bœuf à la Provençale</p> <p>Polenta</p> <p>Yaourt nature & confiture</p> <p><i>Sans viande : Galette brocolis</i></p>	<p>Menu Anti Gaspi Repas préféré des enfants</p> <p>Cuisse de poulet rôtie LBR</p> <p>Coquillettes & emmental râpé</p> <p>Saint Nectaire AOP</p> <p>Banane</p> <p><i>Sans viande : bolognaise végétale</i></p>	<p>Menu sans cuisson Economie des ressources</p> <p>Rôti de porc & Mayonnaise</p> <p>Salade tomates haricots verts</p> <p>Emmental</p> <p>Prune</p> <p><i>Sans porc : Œuf dur mayo Pain & Miel</i></p>	<p>Menu Végétarien Protection de la vie</p> <p>Tranche de pastèque locale & Fêta</p> <p>Couscous végétarien aux pois chiches (Semoule & légumes)</p> <p>Brownie préparé dans nos locaux</p>	<p>Menu préservation des ressources aquatiques</p> <p>Filet de lieu sauce crème & herbes</p> <p>Courgettes à l'ail</p> <p>Saint Paulin</p> <p>Nectarine</p>



NB : Manipulant tous types d'aliments dans nos ateliers, traces possible de : poisson, œuf, crustacé, mollusque, moutarde, céleri, lupin, soja, gluten, sulfite, sésame, fruits à coque, arachide, lait.