







Menus du Portage à Domicile de la ville de Bouc-Bel-Air



Engagements Garig :	Du	lundi 30 septembre Au	dimanche 06 octobre
	Jour	Déjeuner	Dîner
Le pain Artisanal Local & bio 	Lundi	Cèleri rémoulade Saucisse de Lozère HVE  <i>Sans porc : Saucisse de volaille bio</i> Lentilles mijotées IGP  Petit suisse sucré Purée de fruits	Potage Parisien aux poireaux Omelette aux pomme de terre * Dés de carottes persillés
En Vert = Produits issus de l'Agriculture Biologique 		Mardi	Velouté de betteraves Filet de lieu sauce à l'oseille * Riz de Camargue IGP  Fourme d'Ambert AOP Raisin Blanc
Les Volailles Exclusivement Label Rouge 	Mercredi		Salade de tomates Rôti de bœuf & Ketchup  * Taboulé Fromage blanc et sucre Pomme au four
Le Bœuf Exclusivement Race à Viande 		Jeudi	Concombres Bulgare Œuf à la florentine
Toutes nos viandes Exclusivement d'origine France 	Vendredi		Yaourt aromatisé Gâteau moelleux au citron
Des fromages AOC / AOP 		Samedi	Tapenade & croûtons Filet de poisson à la Bordelaise  * Courgettes provençale Gouda à la coupe Poire
Des Menus Végétariens 	Dimanche		Salade de pâtes au pistou Andouillette grillée  <i>Sans porc : Jambon de dinde braisé</i> Haricots verts sautés à l'ail Crème anglaise Brownie élaboré dans nos locaux
Des Produits Locaux 		L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit ! 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.	
Des Poissons Issus de la pêche Durable 	<div style="text-align: center;">  Réseaux Sociaux </div>		
Elaboré dans nos locaux 			



Menus du Portage à Domicile de la ville de Bouc-Bel-Air



Engagements Garig :	Du	lundi 07 octobre Au	dimanche 13 octobre
	Jour	Déjeuner	Dîner
Le pain Artisanal Local & bio 	Lundi	Salade de chou-fleur Sauté de Bœuf Bourguignon * Polenta Emmental à la coupe Prune	Soupe de légumes & PDT Petits farcis aux légumes * Yaourt nature & sucre
En Vert = Produits issus de l'Agriculture Biologique 		Mardi	Radis rose & beurre doux Cuisse de poulet rôtie aux herbes * Petits pois mijotés Edam à la coupe Flan au Chocolat
Les Volailles Exclusivement Label Rouge 	Mercredi		Salade de pois chiches Filet de lieu aux épices douces * Carottes vichy Saint Nectaire AOP Raisin Blanc
Le Bœuf Exclusivement Race à Viande 		Jeudi	Cèleri vinaigrette Omelette roulée préparée dans nos locaux * Haricots verts & PDT Petit suisse & sucre Gâteau de semoule au caramel
Toutes nos viandes Exclusivement d'origine France 	Vendredi		Salade de tomates & Mozza Tranche de colin sauce Mandarine * Farfalles & emmental râpé Brie à la coupe Compote de pomme
Des fromages AOC / AOP 		Samedi	Salade de blé, concombre et tomate Sauté de veau au paprika * Poêlée de chou Saint Paulin à la coupe Banane
Des Menus Végétariens 	Dimanche		Carottes râpées à l'orange Cappelletti 4 fromages à la sauce tomate * Camembert à la coupe Liégeois au chocolat
Des Produits Locaux 		L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !	
Les Poissons Issus de la pêche Durable 	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.		
Elaboré dans nos locaux 	 Réseaux Sociaux		



Menus du Portage à Domicile

Semaine du Goût : Courges & Champignons



Engagements Garig :	Du	lundi 14 octobre	Au	dimanche 20 octobre
	Jour	Déjeuner		Dîner
Le pain Artisanal Local & bio 	Lundi	Carottes râpées	Sauté de veau à la forestière	Soupe de champignons
En Vert = Produits issus de l'Agriculture Biologique 		Crumble de Potimarron & PDT	Yaourt du Champsaur et sucre	Cassolette de fruits de mer
Les Volailles Exclusivement Label Rouge 	Mardi	Saucisson sec & cornichons	Raviolis de potimarron & Emmental	Soupe au pistou
Le Bœuf Exclusivement Race à Viande 		Camembert à la coupe	Pomme	Brouillade aux champignons
Toutes nos viandes Exclusivement d'origine France 	Mercredi	Velouté de butternut & Kiri	Cuisse de poulet LBR sauce chasseur	Gaspacho
Des fromages AOC / AOP 		Tortis & emmental râpé	Brie à la coupe	Quenelle nature muscade & emmental râpé
Des Menus Végétariens 	Jeudi	Salade d'endives, bleu & noix	Boulettes de bœuf sauce Champêtre	Bouillon de petites pâtes
Des Produits Locaux 		Semoule	Gorgonzola AOP	Gratin de blé, brocolis et béchamel au chèvre
Les Poissons Issus de la pêche Durable 	Vendredi	Salade verte en vinaigrette	Cœur de merlu sauce citron	Crème de légumes variés
Elaboré dans nos locaux 		Gratin d'épinards	Gouda à la coupe	Rougail de saucisse
	Samedi	Emincé de chou chinois	Gardianne de Taureau	<i>Sans porc: à la saucisse de volaille bio</i>
		Réseaux Sociaux	Ecrasé de pomme de terre	Petit suisse nature & sucre
	Dimanche	Mousse au chocolat	Filet de maquereaux au vin blanc	Kaki
		Œuf à la Florentine	Edam à la coupe	Velouté de pomme de terre
		Kiwi	Kiwi	Flan de carottes
				Salade verte
				Pomme
				Potage Dubarry
				Penne Rigate en sauce au Bleu & Emmental râpé
				Crème aux œufs élaborée sur cuisine

L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !

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.



Menus du Portage à Domicile de la ville de Bouc-Bel-Air



Engagements Garig :	Du	lundi 21 octobre Au	dimanche 27 octobre
	Jour	Déjeuner	Dîner
<p>Le pain Artisanal Local & bio</p> <p>En Vert = Produits issus de l'Agriculture Biologique</p> <p>Les Volailles Exclusivement Label Rouge</p> <p>Le Bœuf Exclusivement Race à Viande</p> <p>Toutes nos viandes Exclusivement d'origine France</p> <p>Des fromages AOC / AOP</p> <p>Des Menus Végétariens</p> <p>Des Produits Locaux</p> <p>Les Poissons Issus de la pêche Durable</p> <p>Elaboré dans nos locaux</p>		Lundi	Lundi
		Mardi	Mardi
	Mercredi	Mercredi	Mercredi
	Jeudi	Jeudi	Jeudi
	Vendredi	Vendredi	Vendredi
	Samedi	Samedi	Samedi
	Dimanche	Dimanche	Dimanche
 Réseaux Sociaux	<p>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</p> <p><i>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.</i></p>		



Menus du Portage à Domicile de la ville de Bouc-Bel-Air



Engagements Garig :	Du	lundi 28 octobre Au	dimanche 03 novembre
	Jour	Déjeuner	Dîner
Le pain Artisanal Local & bio 	Lundi	Carottes râpées Filet de poisson meunière 	Velouté de potiron Rôti de bœuf au jus de thym * Polenta crémeuse
En Vert = Produits issus de l'Agriculture Biologique 		Mardi	Haricots verts à l'ail Yaourt aromatisé Purée de fruits
Les Volailles Exclusivement Label Rouge 	Mercredi		Poireaux en vinaigrette Gratin de gnocchis épinards & parmesan
Le Bœuf Exclusivement Race à Viande 		Jeudi	Gouda à la coupe Prune
Toutes nos viandes Exclusivement d'origine France 	Vendredi		Tapenade & croûtons Rôti de dinde LBR au jus * Gratin de chou-fleur Saint Nectaire AOP Pomme
Des fromages AOC / AOP 		Samedi	Salade verte, vinaigrette à l'orange Escalope de veau au jus * Ecrasé de patate douce & PDT Camembert à la coupe Gâteau semoule, coulis fruits rouges
Des Menus Végétariens 	Dimanche		Riz aux petits légumes Bleu doux portion Poire
Des Produits Locaux 		Journal	Salade d'artichaut en vinaigrette Filet de lieu à la Provençale * Courgettes râpées au citron Sauté de bœuf Stroganoff 
Les Poissons Issus de la pêche Durable 	Journal		Blé pilaf Rondelé ail et fines herbes Pomme au four à la vanille
Elaboré dans nos locaux 		Journal	Salade de brocolis aux amandes Rôti de porc HVE crème & lardons  
	Journal		<i>sp : Rôti de dinde sauce crème</i> Gratin de potiron à l'emmental Saint paulin Banane
		Journal	Journal
Réseaux Sociaux	L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit ! <i>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.</i>		