



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



Engagements Garig :	Du	lundi 04 novembre Au	dimanche 10 novembre
	Jour	Déjeuner	Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<b>Lundi</b>	Chou rouge râpé aux pommes Gardiane de Taureau  * Polenta Edam à la coupe Ananas	Velouté de légumes & PDT Filet de lieu sauce citron persillée  * Courgettes persillées Compote pomme banane
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		<b>Mardi</b>	Salade de betteraves Boulettes de bœuf à la forestière  * Haricots verts sautés Cantal AOP Pomme ( région )
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mercredi</b>		Salade verte en vinaigrette Merlu sauce crème & épices douces  * Riz de Camargue IGP  Emmental Fromage blanc & miel
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		<b>Jeudi</b>	Jeunes pousses d'épinards & croutons  Raviolis au fromage en sauce tomate * * Yaourt artisanal du Champsaur Gâteau au chocolat
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<b>Vendredi</b>		Radis rose & beurre doux Filet de colin à la Bordelaise  * Poêlée de carottes & PDT* Coulommiers Flan au caramel ( au lait Fr )
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		<b>Samedi</b>	Salade de concombres à la Grecque  Blanquette de veau  * Riz crémeux Bleu doux Pomme au four Salade de pâtes Filet de truite vapeur & citron  * Blettes gratinées Gouda Kaki
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<b>Dimanche</b>		
<b>Des Produits</b> Locaux 		<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b>	
<b>Les Poissons</b> 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.		
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 	<b>Réseaux Sociaux</b>		





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



Engagements Garig :	Du <i>lundi 11 novembre</i> Au <i>dimanche 17 novembre</i>		
	<i>Jour</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Dîner</i>
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<i>Lundi</i>	Tomates cerises Filet de Limande meunière * Purée de pois cassés Edam Pomme ( région )	Bouillon de petites pâtes Cuisse de poulet rôtie  * Carottes vichy Fromage blanc et sucre
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		<i>Mardi</i>	Pizza au fromage Sauté de bœuf Mode  * Purée de céleri et pomme de terre Saint paulin individuel Kiwi ( région )
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<i>Mercredi</i>		Carottes râpées au citron Escalope de dinde LBR  sauce Grand-mère Brocolis en persillade Brie Crème dessert vanille ( Lait Fr )
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		<i>Jeudi</i>	Poireaux en vinaigrette Korma de légumes* * & Riz de Camargue IGP Fourme d'Ambert AOP Poire ( région )
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<i>Vendredi</i>		Emincé d'endives Filet de lieu sauce au curry * Gratin d'épinards Gouda Gâteau moelleux poire vanille
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		<i>Samedi</i>	Cake à l'emmental Brouillade nature * Brocolis sautés Tomme blanche Ananas frais
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<i>Dimanche</i>		Radis beurre Emincé de bœuf aux champignons * Ecrasé de pomme de terre Fromage blanc et sucre Banane rôtie
<b>Des Produits</b> Locaux 		<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b> 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.	
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 			
<b>Elaboré dans nos locaux</b> 	<b>Réseaux Sociaux</b>		



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



















Engagements Garig :	Du	lundi 18 novembre Au	dimanche 24 novembre	
	Jour	Déjeuner	Dîner	
<p><b>Le pain</b> Artisanal Local &amp; bio</p> <p><b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique</p> <p><b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge</p> <p><b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande</p> <p><b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France</p> <p><b>Des fromages</b> AOC / AOP</p> <p><b>Des Menus</b> Végétariens</p> <p><b>Des Produits</b> Locaux</p> <p><b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable</p> <p><b>Elaboré dans nos</b> locaux</p>				
		<i>Lundi</i>	Salade de betteraves Aiguillettes de volaille au jus de thym * Poêlée de légumes Automnale Brie à la coupe Clémentine	Potage Crecy Sauce tomate au fromage de brebis * Gnocchis au beurre Yaourt aromatisé
		<i>Mardi</i>	Salade verte en vinaigrette Omelette roulée nature * Haricots verts sautés Yaourt artisanal du Champsaur Gâteau à la cannelle	Crème de légumes variés Steak haché de veau sauce provençale * Polenta Pomme ( région )
		<i>Mercredi</i>	Dés de concombres Rôti de bœuf aux échalotes * Purée de pomme de terre Gorgonzola AOP Poire ( région )	Bouillon de petites pâtes Filet de colin vapeur & quartier de citron * Curry de légumes Petit suisse aux fruits
		<i>Jeudi</i>	Salade de haricots verts Saucisse de Lozère HVE * <i>Sans porc : Saucisse de volaille bio</i> & Lentilles mijotées ( Fr ) Petit suisse aux fruits Banane	Velouté de pomme de terre Feuilleté au chèvre * Chou-fleur persillé Flan au caramel
		<i>Vendredi</i>	Salade Coleslaw Sauce au saumon * Farfalles et emmental râpé Tomme blanche Compote de pomme ( région )	Velouté de lentilles aux épices Brouillade tomatée * Julienne de légumes Salade de fruits
		<i>Samedi</i>	Cèleri rémoulade Emincé de veau au paprika * Blé aux petits légumes Saint paulin Liégeois au chocolat	Potage Tourangelle Filet de lieu sauce citron persillé * Fenouil aux agrumes Kiwi
		<i>Dimanche</i>	Œuf mayonnaise Cuisse de poulet rôtie * Petits pois et carottes mijotés Petit suisse aux fruits Pamplémousse et sucre	Soupe de potiron Raviolis au fromage en sauce tomate * * Panna Cotta à la vanille
 <b>Réseaux Sociaux</b>	<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b> 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 25 novembre	Au	dimanche 01 décembre
	Jour	Déjeuner		Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<b>Lundi</b>	Emincé d'endives Sauté de bœuf sauce Marengo *		Velouté de champignons Œuf dur sauce cocktail *
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		Chou-fleur & PDT Braisées Edam à la coupe Pomme ( région )		Carottes braisées Fromage blanc et miel
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mardi</b>	Salade de brocolis Mac'N'Cheese * ( Gratin de pâtes, pesto, fromage ) Fourme d'Ambert AOP Ananas		Potage Normand Rôti de veau aux herbes * Fondue de poireaux Crème vanille
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		Carottes râpées Pavé de colin vapeur & quartier de citron * Epinards à la crème Brie Gâteau à la cannelle		Crème de légumes variés Chou farci * Blé aux épices Petit suisse aux fruits
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<b>Mercredi</b>	Salade verte, toast de tapenade Cuisse de poulet rôtie LBR sauce miel & romarin * Gnochetis Yaourt à la vanille Purée fruits élaborée dans nos locaux		Bouillon de petites pâtes Omelette au fromage * Légumes à la provençale
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		<b>Jeudi :</b> <i>Aubagne</i> <i>fait son</i> <i>cinéma</i> 	Feuilleté au chèvre Filet de merlu aux fines herbes * Haricots verts à l'ail Emmental Banane	
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<b>Vendredi</b>	Salade de pois chiches Pot-au-feu * & ses légumes Pont l'Evêque Clémentine		Potage Crecy Tortilla * Flan au caramel
<b>Des Produits</b> Locaux 		<b>Samedi</b>  Chou rouge râpé aux pommes Escalope de volaille sauce basquaise * Riz de Camargue Gouda Pomme au four		Velouté de lentilles Dos de colin pané * Courgettes sautées Kiwi
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 	<b>Dimanche</b>	<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b>		
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 		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.		



Réseaux  
Sociaux