





































































































# Menus Midi & Soir

Engagements Garig :	Du	lundi 02 mars Au	dimanche 08 mars
	Jour	Déjeuner	Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<b>Lundi</b>	Salade verte Sauce Napolitaine 	Potage dubarry  Filet de lieu sauce fines herbes  
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		Penne Rigate  Emmental à la coupe Fruit de saison	Courgettes persillées  Yaourt du Champsaur & sucre 
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mardi</b>	Salade de betteraves Rôti de porc CE2   aux oignons <i>Sans porc : Rôti de dinde LR aux oignons</i> Écrasé de pommes de terre  Camembert à la coupe Fruit de saison	Crème de légumes variés  Omelette à la sauce tomate   Choux-fleurs au paprika  Fromage blanc & confiture
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		Salade d'endives  Escalope de dinde LR   à la crème  Poêlée de légumes  Edam à la coupe Gâteau pomme & cannelle 	Crème de pois chiches à l'ail   Chili Con Carne   <i>sans porc : Chili Sin Carne</i> Riz pilaf  Yaourt nature & sucre
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<b>Mercredi</b>	Salade de cœurs d'artichauts   Bœuf bourguignon    Polenta crémeuse  Gouda à la coupe Fruit de saison	Velouté de légumes  Émincé de veau sauce forestière    Haricots verts persillés  Fromage blanc & crème de marron
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		<b>Jeudi</b>	Carottes râpées  Tranche de colin à la provençale    Fondue de poireaux  Brie à la coupe yaourt à la vanille
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<b>Vendredi</b>		Salade coeurs de palmiers Blanquette de veau    Pommes de terre rissolées  Vache picon Fruit de saison
<b>Des Produits</b> Locaux 		<b>Samedi</b>	Chou blanc & raisins secs  Parmentier de canard   (Aux PDT bio)  Fourme d'Ambert AOP  Tarte aux noix 
<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.	
<b>Produit Haute Valeur</b> Environnementale HVE 			
<b>Certification</b> Environnementale de niveau 2 	<b>Réseaux Sociaux</b>		
<b>Produit Indication</b> Géographique Protégée 			



# Menus Midi & Soir




























































Engagements Garig :	Du <i>lundi 09 mars</i> Au <i>dimanche 15 mars</i>		
	Jour	Déjeuner	Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<i>Lundi</i>	Macédoine de légumes Sauté de bœuf aux olives 	Potage Saint-Germain Tajine de légumes 
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		Carottes braisées Emmental à la coupe Fruit de saison 	Semoule Flan au caramel 
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<i>Mardi</i>	Salade de concombres Brouillade au fromage 	Potage parisien Émincé de volaille LR sauce Tandoori 
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		Épinards à la crème Brie à la coupe Petit nova aux fruits 	Blé Fruit de saison 
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<i>Mercredi</i>	Feuilleté au chèvre Filet de colin sauce curry 	Potage crécy Rôti de veau au romarin 
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		Riz Cantal AOP à la coupe Fruit de saison 	Brocolis persillés Fromage blanc & confiture 
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<i>Jeudi</i>	Salade de betteraves Lasagnes éco-gourmandes du chef 	Potage paysan Cuisse de poulet rôtie & herbes 
<b>Des Produits</b> Locaux 		 (Aux pâtes bio) Edam à la coupe Fruit de saison 	Flageolets Crème dessert pistache 
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 	<i>Vendredi</i>	Salade verte Filet de poisson meunière 	Velouté de légumes Saucisse de Lozère HVE 
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 		Poêlée de haricots verts & PDT Emmental à la coupe Gâteau au chocolat 	<i>Sans viande : Saucisse de dinde</i> Lentilles & carottes mijotées Fruit de saison 
<b>Produit Haute Valeur</b> Environnementale HVE 	<i>Samedi</i>	Courgettes râpées & citron Escalope de dinde LR sauce forestière 	Soupe au pistou Omelette au fromage 
<b>Certification</b> Environnementale de niveau 2 		Écrasé de pommes de terre Vache picon Fruit de saison 	Courgettes persillées Liégeois à la vanille 
<b>Produit Indication</b> Géographique Protégée 	<i>Dimanche</i>	Taboulé Sauté de veau marengo 	Potage de champignons Pavé de saumon sauce citron 
		Boulgour Gouda à la coupe Yaourt aromatisé 	Fondue de poireaux Fruit de saison 

**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 Midi & Soir

Engagements Garig :	Du	lundi 16 mars Au		dimanche 22 mars
	Jour	Déjeuner		Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<b>Lundi</b>	Salade Coleslaw 	Curry de légumes & pois chiches  Semoule  Yaourt nature au sucre de canne Fruit de saison	Velouté de courgettes  Boulettes de bœuf & sauce tomate   Riz pilaf  Fromage blanc & confiture
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		<b>Mardi</b>		Salade verte Émincé de poulet   sauce basquaise Petits pois mijotés  Fourme d'Ambert AOP à la coupe  Yaourt aromatisé
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mercredi</b>		Salade de lentilles Steak haché sauce napolitaine   Écrasé de butternut et PDT  Edam à la coupe Fruit de saison	Bouillon de petites pâtes  Omelette aux champignons  Courgettes persillées  Liégeois au café
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		<b>Jeudi</b>	Salade iceberg Gardianne de taureau   Riz pilaf & petits légumes Camembert à la coupe yaourt du Champsaur & sucre 	Soupe à l'oignon  Andouillette  <i>sp : Saucisse de dinde</i> Gratin de choux-fleurs  Fruit de saison
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<b>Vendredi</b>		Carottes râpées  Filet de lieu façon bordelaise   Courgettes à la provençale  Gouda à la coupe Gâteau aux pépites de chocolat 	Potage dubarry  Sauce carbonara   <i>Sans viande : Sauce carbonara volaille</i> Coquillettes  Fruit de saison
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		<b>Samedi</b>	Salade d'endives, bleu & noix  Pieds & Paquets  Pommes de terre grenaille  Emmental à la coupe Crème dessert au chocolat	Velouté de lentilles  Escalope de dinde LR   au curry Carottes vichy  Fruit de saison
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<b>Dimanche</b>		Sauté de boeuf aux oignons   Julienne de légumes  Bulgy fruits mixés Fruit de saison	Crème de légumes variés  Poêlée de poivrons & chorizo  <i>Sans viande : Poêlée de poivrons</i> Boulgour  Fromage blanc & miel
<b>Des Produits</b> Locaux 		<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b>		
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 	<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>			
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 	<b>Réseaux Sociaux</b>			
<b>Produit Haute Valeur</b> Environnementale HVE 				
<b>Certification</b> Environnementale de niveau 2 	<b>Produit Indication</b> Géographique Protégée 			

































# Menus Midi & Soir

Engagements Garig :	Du	lundi 23 mars Au	dimanche 29 mars
	Jour	Déjeuner	Dîner
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio 	<b>Lundi</b>	Salade de pois chiches Sauté dinde LR sauce au miel 	Soupe de poisson Feuilleté au chèvre
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		Pommes de terre à la Sarladaise Bleu d'Auvergne AOP à la coupe Banane au chocolat	Haricots verts persillés Fruit de saison
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mardi</b>	Salade verte Tranche de colin sauce citron 	Velouté de potiron Rôti de veau au jus 
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		Macaronis Emmental à la coupe Gâteau moelleux poire & vanille	Épinards hachés à la crème Fruit de saison
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 	<b>Mercredi</b>	Saucisson & beurre   sp : Pâté de volaille Bœuf Marengo 	Potage de légumes Frittata de poivrons & fromage
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 		Carottes vichy Brie à la coupe Fruit de saison	Riz crémeux Crème dessert à la vanille
<b>Des Menus</b> Végétariens 	<b>Jeudi</b>	Céleri rémoulade Omelette aux fines herbes	Crème de pois chiches à l'ail Émincé de veau sauce forestière 
<b>Des Produits</b> Locaux 		Poêlée de légumes & PDT Camembert à la coupe Yaourt à la vanille	Spaghettis Fruit de saison
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 	<b>Vendredi</b>	Salade de betteraves pavé de colin sauce vierge 	Velouté de lentilles Émincé de poulet LR à l'indienne 
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 		Blé aux épices Gouda à la coupe Fruit de saison	Choux-fleurs persillés Yaourt du Champsaur & sucre
<b>Produit Haute Valeur</b> Environnementale HVE	<b>Samedi</b>	Salade de haricots verts Sauté de taureau aux olives 	Velouté de haricots rouges Boudin blanc aux pommes
<b>Certification</b> Environnementale de niveau 2 		Carottes braisées Vache picon Fruit de saison	Purée de butternut et PDT Panna cotta aux fruits rouges
<b>Produit Indication</b> Géographique Protégée 	<b>Dimanche</b>	Carottes râpées Encornets à l'armoricaine	Bouillon de petites pâtes Couscous de boulettes de bœuf & ses légumes 
		Riz pilaf Fromage blanc & confiture Fruit de saison	Semoule Liégeois à la vanille
<b>Réseaux</b> Sociaux	<b>L'Equipe Garig vous souhaite un Bon Appétit !</b> <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>		



# Menus Midi & Soir

Engagements Garig :	Du	lundi 30 mars Au		dimanche 05 avril
	Jour	Déjeuner	Dîner	
<b>Le pain</b> Artisanal Local & bio  	<b>Lundi</b>	Radis & beurre	Potage normand 	
		Quenelles nature  sauce Aurore	Escalope de dinde LR  à la crème 	
<b>En Vert = Produits</b> issus de l'Agriculture Biologique 		Riz pilaf 	petits pois mijotés  Fruit de saison	
<b>Les Volailles</b> Exclusivement Label Rouge 	<b>Mardi</b>	Carottes râpées 	Crème de légumes variés 	
<b>Le Bœuf</b> Exclusivement Race à Viande 		Rôti de porc CE2   au curry  <i>Sans porc : Émincé de volaille au curry</i>	Filet de merlu   sauce fines herbes 	
<b>Toutes nos viandes</b> Exclusivement d'origine France 		Semoule 	Fondue de poireaux  Fruit de saison	
<b>Des fromages</b> AOC / AOP 	<p><i>Un bon appétit !</i></p>			
<b>Des Menus</b> Végétariens 				
<b>Des Produits</b> Locaux 				
<b>Les Poissons</b> Issus de la pêche Durable 				
<b>Elaboré dans nos</b> locaux 				
<b>Produit Haute Valeur</b> Environnementale HVE				
<b>Certification</b> Environnementale de niveau 2 				
<b>Produit Indication</b> Géographique Protégée 				
				
<b>Réseaux</b> <b>Sociaux</b>				

**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.