



Menus du Centre de Secours et du Portage à domicile de la ville de Jouques 30% Bio



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



Des fromages
AOC / AOP



Menu Végétarien :



Des produits Locaux
Dès que possible



Elaboré dans
nos locaux



Des produits issus
de l'Agriculture
Biologique



Réseaux Sociaux

Sous réserve d'approvisionnement

lundi 30 septembre 2024	mardi 1 octobre 2024	mercredi 2 octobre 2024	jeudi 3 octobre 2024	vendredi 4 octobre 2024	samedi 5 octobre 2024	dimanche 6 octobre 2024
Cèleri rémoulade Saucisse de Lozère HVE <i>Sans viande : Boulettes végétales</i> Lentilles mijotées IGP Petit suisse + Miel Purée de fruits	Velouté de betteraves Filet de lieu sauce à l'oseille * Riz de Camargue IGP Fourme d'Ambert AOP Raisin Blanc	Salade de tomates Rôti de bœuf & Ketchup <i>Sans viande : Œuf dur & mayonnaise</i> Taboulé Fromage blanc & confiture Pomme au four	Concombres Bulgare Œuf à la florentine * Yaourt aromatisé Gâteau moelleux au citron	Tapenade & croûtons Filet de poisson à la Bordelaise * Courgettes provençale Gouda à la coupe Poire	Salade asiatique de crudités Rôti de veau sauce champêtre <i>Sans viande : Filet de truite</i> Riz aux petits légumes Edam à la coupe Flan au caramel	Salade de pâtes au pistou Andouillette grillée <i>Sans viande : Brouillade</i> Haricots verts sautés à l'ail Crème anglaise Brownie élaboré dans nos locaux
lundi 7 octobre 2024	mardi 8 octobre 2024	mercredi 9 octobre 2024	jeudi 10 octobre 2024	vendredi 11 octobre 2024	samedi 12 octobre 2024	dimanche 13 octobre 2024
Salade de chou-fleur Sauté de Bœuf Bourquignon <i>Sans viande : Poisson sauce vierge</i> Polenta Emmental à la coupe Prune	Radis rose & beurre doux Cuisse de poulet rôtie aux herbes <i>Sans viande : Galette végétale</i> Petits pois mijotés Edam à la coupe Flan au Chocolat	Salade de pois chiches Filet de lieu aux épices douces * Carottes vichy Saint Nectaire AOP Raisin Blanc	Cèleri vinaigrette Omelette roulée préparée dans nos locaux * Haricots verts & PDT Petit suisse & sucre Gâteau de semoule au caramel	Salade de tomates & Mozza Tranche de colin sauce Mandarine * Farfalles & emmental râpé Brie à la coupe Compote de pomme	Salade de blé, concombre et tomate Sauté de veau au paprika <i>Sans viande : Tourte PDT</i> Poêlée de choux Saint Paulin à la coupe Banane	Carottes râpées à l'orange Cappelletti 4 fromages à la sauce tomate * Camembert à la coupe Liégeois au chocolat
lundi 14 octobre 2024	mardi 15 octobre 2024	mercredi 16 octobre 2024	jeudi 17 octobre 2024	vendredi 18 octobre 2024	samedi 19 octobre 2024	dimanche 20 octobre 2024
Carottes râpées Sauté de veau à la forestière <i>Sans viande : Omelette champignon</i> Crumble de Potimarron & PDT Yaourt du Champsaur et sucre Purée de fruits	Saucisson sec & cornichons Raviolis de potimarron & Emmental * Camembert à la coupe Pomme	Velouté de butternut & Kiri Cuisse de poulet LBR sauce chasseur <i>Sans viande : Poisson aux champignons</i> Tortis & emmental râpé Brie à la coupe Prune	Salade d'endives, bleu & noix Boulettes de bœuf sauce Champêtre <i>Sans viande : Boulettes végétales</i> Semoule Gorgonzola AOP Banane	Salade verte en vinaigrette Cœur de merlu sauce citron * Gratin d'épinards Gouda à la coupe Gâteau à la citrouille	Emincé de chou chinois Gardianne de Taureau <i>Sans viande : Flan de carottes</i> Ecrasé de pomme de terre Petit suisse & miel Mousse au chocolat	Filet de maquereaux au vin blanc Œuf à la Florentine * Edam à la coupe Kiwi
lundi 21 octobre 2024	mardi 22 octobre 2024	mercredi 23 octobre 2024	jeudi 24 octobre 2024	vendredi 25 octobre 2024	samedi 26 octobre 2024	dimanche 27 octobre 2024
Chou rouge râpé aux pommes Bœuf à la Provençale <i>Sans viande : Feuilleté légumes</i> Purée de pomme de terre Edam à la coupe Poire	Œuf dur & Mayonnaise Riz à la Mexicaine (Haricot rouge, poivron, sc tomate) * Riz Basmati Emmental à la coupe Ananas	Salade endives & bleu Rôti de porc HVE à la diable <i>Sans viande : Galette végétale</i> Bouquet de légumes Coulommiers à la coupe Gâteau à la vanille	Dés de concombres Lasagnes à la bolognaise * aux pâtes bio locales Saint Paulin à la coupe Flan Caramel	Feuilleté au chèvre Aioli * & ses légumes Cantal AOP Kaki	Salade pois chiches, tomate, échalote Saucisse de Lozère <i>Sans viande : Galette végétale</i> Purée de céleri à la muscade Blé pilaf Pomme des Alpes	Courgettes râpées huile olive citron Tajine de veau au citron confit <i>Sans viande : Filet de lieu noir</i> Blé aux petits légumes Gouda à la coupe Poire cuite à la vanille
lundi 28 octobre 2024	mardi 29 octobre 2024	mercredi 30 octobre 2024	jeudi 31 octobre 2024	vendredi 1 novembre 2024	samedi 2 novembre 2024	dimanche 3 novembre 2024
Carottes râpées Filet de poisson meunière * Haricots verts à l'ail Yaourt aromatisé Purée de fruits	Poireaux en vinaigrette Gratin de gnocchis épinards & parmesan * Gouda à la coupe Prune	Tapenade & croûtons Rôti de dinde LBR au jus <i>Sans viande : omelette</i> Gratin de chou-fleur Saint Nectaire AOP Pomme	Salade verte, vinaigrette à l'orange Escalope de veau au jus <i>Sans viande : boulette végétale</i> Ecrasé de patate douce & PDT Camembert à la coupe Gâteau semoule, coulis fruits rouges	Salade artichaut en vinaigrette Filet de lieu à la Provençale * Riz aux petits légumes Bleu doux Poire	Courgettes râpées au citron Sauté de bœuf Stroganoff <i>Sans viande : colin pané</i> Blé pilaf Rondelé ail et fines herbes Pomme au four	Salade de brocolis aux amandes Rôti de porc HVE sauce crème & lardons <i>Sans viande : risotto légumes</i> Gratin de potiron à l'emmental Saint Paulin Banane

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.