

Garig Menus du portage à domicile de la ville de Gignac La Nerthe Juillet 2025 Giant Gian







Nos engagements Composantes issues de l'agriculture biologique par semaine VIANDES DE FRANCE TRace Visinge Produit Artisanal

Fromage AOP / AOC

Bon appétit!

lundi 7 juillet 2025	mardi 8 juillet 202	5	mercredi 9 juillet 2	2025	jeudi 10 juillet 20	25	vendredi 11 juillet 2	025
Carottes râpées & vinaigrette	Tranche de melon		Taboulé		Betteraves vinaigrette		Œufs durs & mayonnaise	
Sauté de bœuf aux olives	Gnocchi		Cuisse de poulet rôti	per l	Saucisse de Lozere HVE		Poisson à la bordelaise	00
Semoule	Sauce carbonara	90	Ratatouille à la niçoise		Riz & sauce tomate		Haricots verts persillés	eio
Yaourt nature & sucre	Saint Paulin à la coupe		Vache picon		Tomme blanche à la coupe		Edam à la coupe	
Tropézienne	Pêche		Nectarine		Pastèque	(arc)	Brownie préparé par nos chefs & crème anglaise	
SOIR	SOIR		SOIR		SOIR		SOIR	
Potage paysan Yaourt aromatisé	Soupe minestrone Crème vanille		Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits		Potage crecy Petit suisse nature & sucre		Velouté de courgettes Yaourt aromatisé	
lundi 14 juillet 2025	mardi 15 juillet 202	25	mercredi 16 juillet	2025	jeudi 17 juillet 20	25	vendredi 18 juillet 2	025
	_							
Saucisson à l'ail	Salade de tomates		Poireaux vinaigrette		Salade verte & mozzarella		Quiche Lorraine	
Filet de saumon	Escalope de porc au jus		Escalope de dinde LBR sce basquaise		Sauté de bœuf à la provençale		Filet de lieu sauce basilic	00
Brocolis braisés	Pomme de terre au four		Polenta crémeuse Bio	60	Penne Rigate au beurre		Gratin de courgettes	
Buche de chèvre	Emmental		Saint Nectaire AOP à la coup	e 🌑	Cantadou		Mimolette à la coupe	
Tarte citron meringuée	Nectarine		Abricot		Pomme au four		Moelleux aux abricots préparé par nos chefs	00
SOIR	SOIR		SOIR		SOIR		SOIR	
Soupe de légumes Liégois chocolat	Velouté du Barry Fromage blanc nature & sucre		Velouté de Courgettes Yaourt aromatisé		Soupe de poisson Crème caramel		Soupe à l'oignon Petit suisse aux fruits	
lundi 21 juillet 2025	mardi 22 juillet 202	25	mercredi 23 juillet	2025	jeudi 24 juillet 20	25	vendredi 25 juillet 2	025
lundi 21 juillet 2025	mardi 22 juillet 202	25		2025	jeudi 24 juillet 20	25		025
Concombres bulgares	Eromago do têto		mercredi 23 juillet Salade de tomates		jeudi 24 juillet 20 Salade iceberg & dés de hrehis			
Concembras bulgares	Eromago do têto	Q**	mercredi 23 juillet		Salade iceberg & dés de	25	vendredi 25 juillet 2	900 90
Concombres bulgares	Fromage de tête		mercredi 23 juillet Salade de tomates Omelette nature préparé	9	Salade iceberg & dés de hrehis		vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette	900 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio	Fromage de tête Escalope de dinde au jus	0	mercredi 23 juillet Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs	900	Salade iceberg & dés de hrehic Tajine de veau à l'orientale		vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge	900 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés	0	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT	900	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule		vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés	9 6 9 6 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR	9 ₽	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR	900	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs		vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR	9 6 9 6 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone	9 ₽	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles	900	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy		vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes	9 6 9 6 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille	9# 96 96	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits	906 90 609	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & cal préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre	O F	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé	90 90 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone	9# 96 96	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles	906 90 609	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy	O F	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes	96 96
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202	9# 96 96	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20	nnella a 25	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé	90 90 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202	○☆ ○ ○ ○	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates &	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20	nnella a 25	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigretté Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage Filet de poisson meunière &	90 90 90
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202	9# 96 96	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates & vinaigrette balsamique	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20	nnella a 25	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage	25
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches Bœuf mode	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202 Rosette & cornichons Cappelletti au fromage *	○☆ ○ ○ ○	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates & vinaigrette balsamique Risotto aux fruits de mer	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & carpréparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20 Salade d'haricots verts scalope de porc HVE & moutales	nnella a a a a a a a a a a a a a	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigretté Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage Filet de poisson meunière & citron	25
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches Bœuf mode Courgettes persillées	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202 Rosette & cornichons Cappelletti au fromage * & sauce provençale	○☆ ○ ○ ○	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates & vinaigrette balsamique Risotto aux fruits de mer (riz pilaf, poivrons, oignons)	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & carpréparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20 Salade d'haricots verts scalope de porc HVE & moutals Pomme de terre au four	nnella a a a a a a a a a a a a a	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigretté Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage Filet de poisson meunière & citron Ratatouille à la provençale	25
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches Bœuf mode Courgettes persillées Camembert à la coupe Banane	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202 Rosette & cornichons Cappelletti au fromage * & sauce provençale Flan vanille nappé de caramel Tranche de pastèque	Q (\$\displays \cdot \cdo	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates & vinaigrette balsamique Risotto aux fruits de mer (riz pilaf, poivrons, oignons) Fromage frais aux fruits Eclair chocolat	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20 Salade d'haricots verts scalope de porc HVE & moutal Pomme de terre au four Cantal AOP à la coupe	25 26 26	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage Filet de poisson meunière & citron Ratatouille à la provençale Coulommiers à la coupe	25
Concombres bulgares Bolognaise de bœuf Torti semi-complètes Bio Fromage blanc nature & sucre Poire cuite aux amandes SOIR Potage paysan Yaourt nature & sucre lundi 28 juillet 2025 Salade de pois chiches Bœuf mode Courgettes persillées Camembert à la coupe	Fromage de tête Escalope de dinde au jus Petits pois mijotés Gouda à la coupe Pastèque SOIR Soupe minestrone Crème vanille mardi 29 juillet 202 Rosette & cornichons Cappelletti au fromage * & sauce provençale Flan vanille nappé de caramel	Q (\$\displays \cdot \cdo	Salade de tomates Omelette nature préparé par nos chefs Carottes vichy & PDT Yaourt nature & sucre Nectarine SOIR Bouillon vermicelles Fromage blanc aux fruits mercredi 30 juillet Salade de tomates & vinaigrette balsamique Risotto aux fruits de mer (riz pilaf, poivrons, oignons) Fromage frais aux fruits	2025	Salade iceberg & dés de hrehis Tajine de veau à l'orientale Semoule Fraidou Purée de pomme BIO & ca préparée par nos chefs SOIR Potage crecy Petit suisse nature & sucre jeudi 31 juillet 20 Salade d'haricots verts scalope de porc HVE & moutals Pomme de terre au four Cantal AOP à la coupe Melon	25 26 26	vendredi 25 juillet 2 Courgettes râpées vinaigrette Pavé de colin sauce vierge Haricots verts persillés Carré Président Banane SOIR Velouté de Légumes Yaourt aromatisé vendredi 1 août 20 Friand au fromage Filet de poisson meunière & citron Ratatouille à la provençale Coulommiers à la coupe Pêche	25