



Menus du portage à domicile de la ville de Gignac La Nerthe Novembre 2025

Pour suivre l'actualité Garig
sur les réseaux sociaux



Nos engagements

Pain :
Artisanal, Local et
issu de l'agriculture
biologique

Composantes issues de
l'agriculture biologique
par semaine

Produit IGP
Indication
géographique
protégée

Haute valeur
environnementale

Toutes les viandes :
sont d'origine France

Bœuf : Exclusivement
Race à Viande

Poisson : Issu
exclusivement de la
Pêche durable

Produit local

Préparé dans
notre cuisine

Produit Artisanal

Fromage
AOP / AOC

Fruits et légumes :

Produit
végétarien

Certification
Environnementale niveau 2

Omelettes cuisinées
sur la cuisine centrale
avec des œufs : issus
de l'agriculture
biologique

Bon appétit !

lundi 3 novembre 2025	mardi 4 novembre 2025	mercredi 5 novembre 2025	jeudi 6 novembre 2025	vendredi 7 novembre 2025
Carottes râpées bio & vinaigrette Boulettes de bœuf sauce napolitaine Semoule Verrine de fromage blanc & coulis de fruits rouges Tarte citron meringuée	Salade verte bio & vinaigrette Ravioli au bœuf en sauce tomate Yaourt aromatisé Pomme au four	Maquereaux au vin blanc Sauté de poulet LBR épices tandoori Petits pois mijotés Montcadi croûte noire à la coupe Poire	Betteraves à la vinaigrette Gardiane de taureau à l'ancienne Purée crécy (carottes bio & PDT) Lou foundre de l'Ubaye à la coupe Raisin	Salade de riz Filet de poisson meunière & quartier de citron Haricots verts persillés Emmental à la coupe Moelleux pépites de chocolat préparé par nos chefs
SOIR Soupe Du Barry Yaourt nature & sucre	SOIR Potage paysan Crème caramel	SOIR Bouillon vermicelles Yaourt aromatisé	SOIR Soupe minestrone Liégeois café	SOIR Potage de légumes Fromage blanc nature & sucre
lundi 10 novembre 2025	mardi 11 novembre 2025	mercredi 12 novembre 2025	jeudi 13 novembre 2025	vendredi 14 novembre 2025
Salade d'endives & dés de mimolette Daube de bœuf provençale Polenta Yaourt nature & sucre Poire aux amandes	Pizza Côtes de porc sauce au nièvre Butternut rôties Saint moret Eclair au chocolat	Salade iceberg bio Pavé de colin sauce bercy Gratin de chou-fleur bio & PDT au paprika Emmental Quatre-quarts	Pois chiches au cumin Escalope de poulet Carottes braisées Fondue carré Président Banane	Poireaux à la vinaigrette Cassolette de la mer Penne Rigate Cantal AOP à la coupe Orange
SOIR Potage choisy Flan vanille	SOIR Soupe de légumes Yaourt nature & sucre	SOIR Velouté de champignons Fromage blanc nature & sucre	SOIR Potage esaü Mousse citron	SOIR Potage tourangelles Yaourt aromatisé
lundi 17 novembre 2025	mardi 18 novembre 2025	mercredi 19 novembre 2025	jeudi 20 novembre 2025	vendredi 21 novembre 2025
Soupe de légumes Saucisse de Lozère HVE Lentilles mijotées Bio Fromage blanc nature & sucre Clémentine	Salade piémontaise Escalope milanaise Epinards hachés bio à la crème Tomme de l'Ubaye à la coupe Banane	Carottes râpées bio & vinaigrette Sauté de bœuf sauce provençale Farfallines Bio & râpé Saint Paulin Mousse au chocolat	Feuilleté au fromage Omelette nature roulée par nos chefs Haricots verts persillés Gouda à la coupe Poire	Salade verte bio & vinaigrette Filet de lieu frais sce beurre & citron Riz de Camargue IGP Edam Purée de pomme bio à la badiane préparée par nos chefs
SOIR Velouté de poireaux Liégeois chocolat	SOIR Bouillon vermicelles Yaourt aromatisé	SOIR Velouté de courge Yaourt nature & sucre	SOIR Soupe à l'oignon Crème café	SOIR Crème de légumes Fromage blanc nature & sucre
lundi 24 novembre 2025	mardi 25 novembre 2025	mercredi 26 novembre 2025	jeudi 27 novembre 2025	vendredi 28 novembre 2025
Sardines à l'huile Estouffade de bœuf aux légumes d'Antan Ecrasé de PDT au romarin Camembert à la coupe Quartiers d'orange bio à la cannelle	Carottes râpées bio à l'indienne Filet de poisson pané & citron Petits pois mijotés Emmental Flan vanille nappé de caramel	Rosette & cornichons Escalope de dinde LBR sauce forestière Purée de courge Saint Nectaire AOP à la coupe Clémentine	Salade iceberg bio & vinaigrette balsamique Coquillettes bio sauce bolognaise Yaourt nature & sucre Pomme au four	Velouté de légumes anciens bio & vache picon Couscous de la mer (poisson) Semoule, pois chiches & légumes couscous bio Fraidou Clafoutis aux poires préparé par nos chefs
SOIR Soupe de légumes Yaourt aromatisé	SOIR Potage Saint Germain Fromage blanc nature & sucre	SOIR Soupe de poisson Liégeois vanille	SOIR Potage crécy Crème caramel	SOIR Velouté de champignons Yaourt nature & sucre