



Menus St François de Paule Octobre 2025

Pour suivre l'actualité Garig
sur les réseaux sociaux



Nos engagements :

Pain :
Artisanal, Local



Composantes
issues de
l'agriculture
biologique par
semaine



Produit IGP
indication
géographique



Haute valeur
environnemental
e/CE2
Certification
environnemental
e niveau 2



Toutes les viandes /
sont d'origine France



Boeuf :
Exclusivement Race
à Viande



Poisson : Issu
exclusivement de
la Pêche durable
et MSC



Produit



Préparé
dans notre
cuisine



Produit
Artisanal



Fromage
AOP / AOC



Fromage
à la coupe



Fruits et
légumes :



Produit



Omelettes
cuisinées sur
la cuisine
centrale avec
des œufs
issus de



BON APPETIT !!!

NB : Manipulant tous
types d'aliments dans
nos ateliers, tarces
possibles de : poisson,
œuf, crustacé,
mollusque, moutarde,
céleri, lupin, soja,
gluten, sulfite,
sésame, fruits à
coque, arachide et lait

lundi 29 septembre 2025	mardi 30 septembre 2025	mercredi 1 octobre 2025	jeudi 2 octobre 2025	vendredi 3 octobre 2025
Betteraves vinaigrette Filet de poisson pané & citron Epinards à la crème Gnocchis & sauce tomate Camembert Fruit de saison	Salade de tomates & mozzarella Saucisse de Lozère <i>(Saucisse de volaille)</i> Lentilles mijotées Carottes Vichy Petit suisse sucré Mirabelle au sirop		MENU BIO & VEGETARIEN Macédoine vinaigrette Couscous végétarien <i>(semoule, légumineuses & légumes)</i> Gouda Fruit de saison	Carottes râpées Filet de poisson façon bordelaise Brocolis à la crème Pommes de terre persillées Mimolette Crème vanille
lundi 6 octobre 2025	mardi 7 octobre 2025	mercredi 8 octobre 2025	jeudi 9 octobre 2025	vendredi 10 octobre 2025
MENU BIO Salade verte Bœuf bourguignon Polenta Poêlée de légumes persillés Edam Yaourt aromatisé à la vanille	Duo de cœur de palmier et maïs Cordon bleu de volaille Gratin de courge & pommes de terre Fondue carré Président Fruit de saison		MENU VÉGÉTARIEN Feuilleté au fromage Omelette roulée Haricots plats persillés Pommes de terre sautées Cantal Fruit de saison	Concombres vinaigrette Pavé de colin sauce mandarine Coquillettes & râpé Navets confits à la tomate Purée de pommes & poires
lundi 13 octobre 2025	mardi 14 octobre 2025	mercredi 15 octobre 2025	jeudi 16 octobre 2025	vendredi 17 octobre 2025
Semaine de la Découverte : Les Herbes Aromatiques				
La Menthe Taboulé à la menthe Sauté de veau sauce tomate nicoise Chou-fleur braisé Pommes de terre persillées Petit suisse aux fruits Cocktail de fruits au sirop	MENU BIO L'estragon Carottes vinaigrette Boulettes de bœuf sauce à l'estragon Penne Rigate & râpé Poêlée de légumes Mimolette Crème au chocolat		MENU VÉGÉTARIEN Le basilic Salade verte & dés d'emmental Croq'veggie Carottes braisées Gnocchis & sauce tomate Cake au citron & basilic	Le Thym Tarte au fromage Poisson à l'huile d'olive & au thym Purée de panais & pommes de terre Brie Fruit de saison
lundi 20 octobre 2025	mardi 21 octobre 2025	mercredi 22 octobre 2025	jeudi 23 octobre 2025	vendredi 24 octobre 2025
lundi 27 octobre 2025	mardi 28 octobre 2025	mercredi 29 octobre 2025	jeudi 30 octobre 2025	vendredi 31 octobre 2025