



Menus Scolaires St François du mois de janvier 2026 Elémentaires et maternelles

Pour suivre l'actualité Garig
sur les réseaux sociaux



Nos engagements :	lundi 5 janvier 2026	mardi 6 janvier 2026	mercredi 7 janvier 2026	jeudi 8 janvier 2026	vendredi 9 janvier 2026
Pain : Artisanal et Local Produits issus de l'agriculture biologique Produit IGP indication géographique protégée Haute valeur environnementale Certification Environnementale niveau 2 Toutes les viandes sont d'origine France Boeuf : Exclusivement Race à Vitesse Produits Label rouge Poisson MSC Produit local Préparé dans notre cuisine Produit Artisanal Fromage AOP / AOC Fromage à la coupe Fruits et légumes : Frais de saison Produit végétarien Omelettes cuisinées sur la cuisine centrale avec des oeufs issus de l'agriculture biologique Bon appétit !	MENU BIO Poireau vinaigrette * Boeuf Bourguignon * Pommes de terre sautées Carottes braisées * Emmental * Fruit de saison * <i>* Ingrédients issus de l'agriculture biologique</i> lundi 12 janvier 2026 Pizza au fromage Emincé de porc au curry <i>(Emincé de dinde au curry)</i> Julienne de légumes Pommes de terre vapeur Fourme d'Ambert AOP Fruit de saison	EPIPHANIE Salade iceberg & dés de aouda Saucisse de Lozère (volaille) Lentilles Poêlée de courge Bio Edam Galette des rois Frangipane mardi 13 janvier 2026 MENU BIO & VEGETARIEN Salade Coleslaw Chili sin carne Riz pilaf Montcadi Yaourt aromatisé à la vanille		MENU VÉGÉTARIEN Velouté de courge & vache picon Raviolis façon bolognaise & emmental râpé Epinards braisés Brie Flan chocolat	Oeuf mayonnaise Filet de lieu sauce normande Haricots plats & flageolets au thym Tomme blanche Fruit de saison
	lundi 19 janvier 2026 MENU MONTAGNARD Salade iceberg Tartiflette (reblochon AOP) <i>(Tartiflette s/porc)</i> Salade de haricots verts Samos Flan vanille	CRIN BLANC Carottes à l'indienne Sauté de boeuf aux olives Riz de Camargues aux petits légumes Coulommier Poire au chocolat	mercredi 14 janvier 2026 mercredi 21 janvier 2026	jeudi 15 janvier 2026 Salade de betteraves Escalope de dinde sauce crème Farfallines BIO + râpé Haricots verts persillés Lou Foundre Fruit de saison	vendredi 16 janvier 2026 Endives & dés de pomme Pavé de colin sauce Aurore Blé aux petits légumes Brie Brownie & crème anglaise
	lundi 26 janvier 2026 MENU BIO Betterave vinaigrette Sauté de boeuf à la hongroise Purée de pommes de terre Poêlée de légumes d'hiver Gouda Fruit de saison	mardi 27 janvier 2026 Radis beurre Cordon bleu de volaille Epinards à la crème Riz basmati Tomme de l'Ubaye Liégeois chocolat	mercredi 28 janvier 2026	jeudi 29 janvier 2026 MENU VÉGÉTARIEN Carottes râpées vinaigrette Omelette roulée Petit pois mijotés Pommes de terre sautées Lou Foundre Fromage frais aromatisé	vendredi 30 janvier 2026 Rosette & cornichons (mortadelle de volaille) Colombo de poisson Boullgour aux épices douces Champignons persillés Montcadi croûte noire Fruit de saison



MA CANTINE RACONTE
DES HISTOIRES...

Frangipane

le Mardi 06 Janvier

épiphanie



Garig

« je suis la galette la galette...on m'a mise à refroidir mais j'ai mieux aimé courir »
DANS LE LIVRE «ROULE GALETTE» UNE GALETTE S'ENNUE À REFRROIDIR, ELLE SE LAISSE GLISSER DE LA FENÊTRE ET S'ENFUIE.
ELLE ROULE ET ÉCHAPPE À LA CONVOITISE D'UN LAPIN, D'UN OURS, D'UN LOUP ET D'UN RENARD...QUE VA-T-ELLE DEVENIR ?



BROWNIE MAISON & CRÈME ANGLAISE



À déguster le Vendredi 16 janvier 2026



MENU MONTAGNARD

Servi le Lundi 19 Janvier 2026

Salade Iceberg

xxx

Tartiflette (Reblochon AOP)

(Tartiflette s/porc)

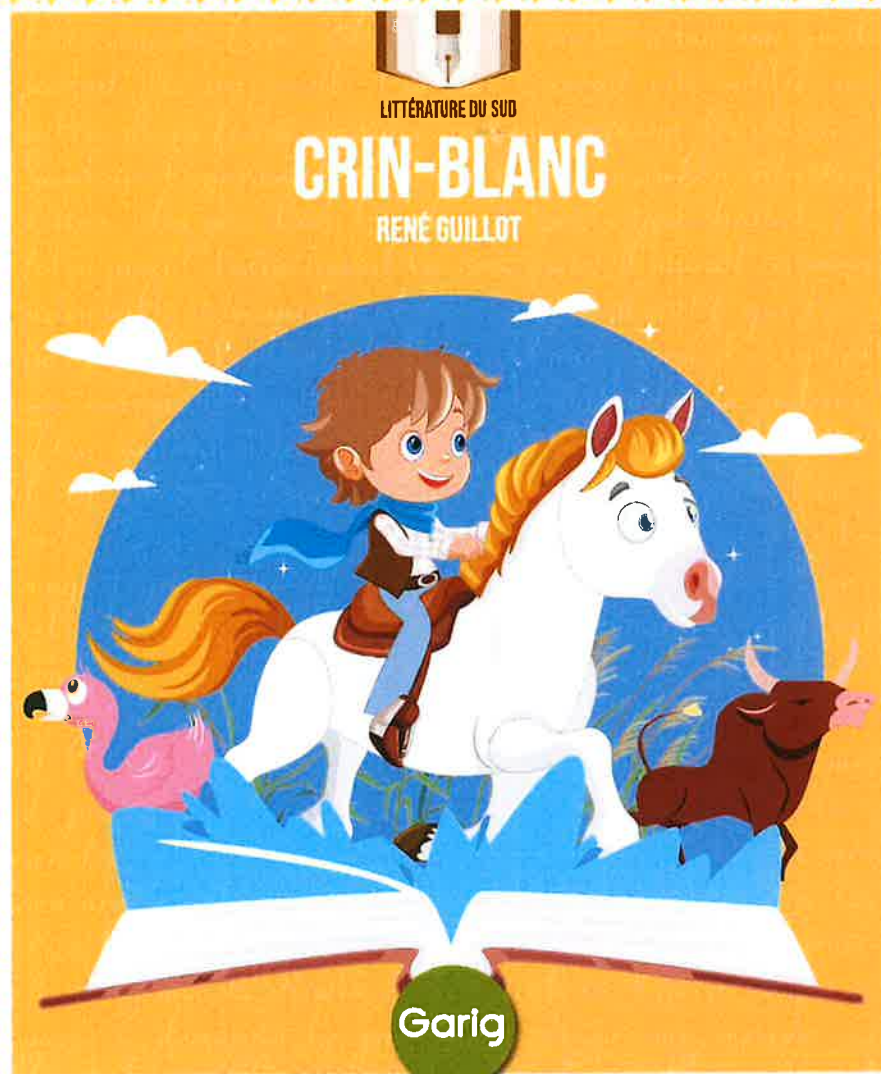
xxx

Salade de haricots verts

xxx

Flan vanille





« Crin-Blanc n'appartient à personne. Il est libre »
 EN CAMARGUE, FOLCO, UN ENFANT SOLITAIRE, EST FASCINÉ PAR CRIN-BLANC, LE CHEF D'UN TROUPEAU DE CHEVAUX
 SAUVAGES, UN ÉTALON TROP FIER POUR SE LAISSER DOMPTER PAR LES HOMMES... MAIS PEUT-ÊTRE PAS PAR UN ENFANT !

Menu servi le Mardi 20 Janvier 2026

« Les carottes du Marais »

Fines carottes râpées, fraîches comme les herbes du marais
 où galopent les chevaux libres.

“Le Sauté du Gardian”

Sauté de bœuf mijoté avec des olives, accompagné d'un riz
 de Camargue aux petits légumes, rappelant les couleurs et
 la chaleur des terres camarguaises.

« Douceur des dunes »

Poire fondante nappée de chocolat, aussi douce et
 tranquille que la fin de journée sur les dunes balayées par
 le vent.