



Menus Scolaires Saint François de Paule du mois d'octobre 2026 Elémentaires et maternelles

Pour suivre l'actualité Garig
sur les réseaux sociaux



Nos engagements : Faire : - Authentique et Local Produits issus de l'agriculture biologique Produit IGP Indication géographique protégée Mettre valeur environnementale Certification Environnementale niveau 2 Toutes les viandes sont d'origine France Produits Label rouge Prévenir MSC Prévenir AOP / AOC Fruits et légumes : - Fruit de saison Produit Qualités validées sur la chaîne cristalline avec des couteaux validés Mettre à un niveau précédent environnement bon appétit ! NB : Manipulant tous types d'aliments dans nos ateliers, traces possible de : poisson, œuf, crustacés, mollusque, moutarde, céleri, lupin, soja, gluten, safran, sésame, fruits à coque, arachide, lait.	lundi 5 octobre 2026 MENU VÉGÉTARIEN Œuf dur & mayonnaise Quendries nature sauce nanbua Carottes Vichy Riz pilaf Brie Fruit de saison	mardi 6 octobre 2026 MENU BIO Betteraves en salade Sauté de boeuf sauce champignons et estragon Polenta Poêlée de champignons Emmental Fruit de saison	mercredi 7 octobre 2026	jeudi 8 octobre 2026 Salade iceberg Nuggets de poulet Chou-fleur braisé Pommes dauphines Carline de l'abbaye Flan vanille nappé de caramel	vendredi 9 octobre 2026 Duo chou rouge & blanc Filet de lieu sauce normande Penne rigate + râpé Épinards hâchés à la crème Saint paulin Fromage blanc & confiture de fraise
	lundi 12 octobre 2026 Poivre & Muscade MENU BIO Céleri rémoulade Emincé de boeuf sauce poivrée Ecrasé de pdt à la muscade Carottes sautées Emmental Yaourt nature au sucre de canne	mardi 13 octobre 2026 Paprika MENU VÉGÉTARIEN Salade de maïs Chili végétal au paprika Riz créole Cantal AOP Fruit de saison	mercredi 14 octobre 2026	jeudi 15 octobre 2026 Ras el Hanout Salade iceberg & dés d'emmental Couscous boulettes merguez Légumes bio couscous Semoule Port salut Crème chocolat	vendredi 16 octobre 2026 Cannelle Sauce de tomates à la cannelle Pavé de colin à la bordelaise Brocolis béchamel Patate douce sautée Bûchette Purée de pomme à la cannelle
	lundi 19 octobre 2026	mardi 20 octobre 2026	mercredi 21 octobre 2026	jeudi 22 octobre 2026	vendredi 23 octobre 2026
	lundi 26 octobre 2026	mardi 27 octobre 2026	mercredi 28 octobre 2026	jeudi 29 octobre 2026	vendredi 30 octobre 2026

Toute l'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit !!!!



MENU VEGETARIEN



Servi le Lundi 05 Octobre 2026



Œuf dur mayonnaise

Quenelles nature sauce Nantua

Carottes Vichy

Riz basmati

Brie

Fruit de saison





Garig

Cuisine de Chef, Fraîche & Maison
avec de très bons ingrédients dedans !



Menu issu de l'agriculture Biologique

Servi Mardi 06 Octobre 2026



Betteraves en salade

*Santé de bœuf sauce
champignons et estragon*

*Polenta & Poêlée de
champignons*

Emmental

Fruit de saison





Garig

Cuisine de Chef, Fraîche & Maison
avec de très bons ingrédients dedans !



Menu issu de l'agriculture Biologique

Servi Lundi 12 Octobre 2026



Céleri rémoulade

*Emincé de bœuf sauce
poivrade*

*Ecrasé de pomme de terre à la
muscade & Carottes sautées*

Emmental

Yaourt au sucre de canne





MENU VEGETARIEN



Servi le Mardi 13 Octobre 2026



Salade de maïs

Chili végétal au paprika

Riz créole

Cantal AOP

Fruit de saison

