



Menus du Centre de Secours et du Portage à domicile de la ville de Jouques 30% Bio



Engagements Garig :

- Le Pain**
Artisanal et local
- Les volailles**
Exclusivement Label Rouge
- Le bœuf**
Exclusivement Race à viande
- Toutes les viandes**
Exclusivement origine France
- Des Poissons**
Exclusivement issus de la pêche durable
- Des fromages**
AOC / AOP
- Menu Végétarien :**
- Des produits Locaux**
Dès que possible
- Elaboré dans nos locaux**
- Des produits issus de l'Agriculture Biologique**

| lundi 2 septembre 2024 | mardi 3 septembre 2024 | mercredi 4 septembre 2024 | jeudi 5 septembre 2024 | vendredi 6 septembre 2024 | samedi 7 septembre 2024 | dimanche 8 septembre 2024 |
|---|--|--|---|--|--|---|
| Carottes râpées Filet de poisson meunière & quartier de citron * Pomme de terre sautées Gouda Melon | Tromates croq'sel Cappelletti aux 4 fromages en sauce tomate * Coulommiers Purée de pomme fraise | Crevettes sauce cocktail Steak haché de bœuf au jus Sv : Risotto provençale pamesan Riz de Camargue IGP Fourme d'Ambert AOP Pêche | Concombres crème ciboulette Tajine de veau au citron Sv : tajine légumes pois chiches Semoule Buche de chèvre Fromage frais aux fruits | Salade verte & dés d'emmental Filet de lieu sauce vierge * Carottes persillées Petit suisse & Miel Gâteau aux pépites chocolat | Salade de thon, tomates, olives Emincé de porc au curry Sans porc: Curry de légumes Poivrons à l'huile Saint Paulin Pomme | Cèleri Rémoulade Sauté de bœuf Bourguignon Sans viande : omelette basquaise Courgettes sautées Yaourt nature & confiture Quatre-Quart |
| lundi 9 septembre 2024 | mardi 10 septembre 2024 | mercredi 11 septembre 2024 | jeudi 12 septembre 2024 | vendredi 13 septembre 2024 | samedi 14 septembre 2024 | dimanche 15 septembre 2024 |
| Salade de concombres Saucisse de Lozère HVE Sv : Riz aux petits légumes Lentilles mijotées IGP Saint Nectaire AOP Mousse au chocolat | Œuf dur & Mayonnaise Colombo de volaille LBR Sans viande : Nugget's de blé petits pois mijotés Petit suisse & miel Pastèque | Sardines à l'huile Gardiane de Taureau Sans viande : sc tomate au fromage brebis Tortis & Emmental râpé Saint Paulin Nectarine | Salade verte & gouda Omelette nature roulée * Haricots verts sautés Edam Purée de pommes locales | La Ciotat fait son cinéma Salade de riz Farendole Filet de merlan sauce Nantua * Poêlée de légumes du soleil Rondelé Panna Cotta pop corn caramel | Avocat vinaigrette Rôti de bœuf & moutarde à l'ancienne Sans viande : Galette de légumes Taboulé Emmental Ile Flottante | Salade aux noix & sauce au miel Paupiette de veau à la crème Sans viande : Filet de poisson Poêlée de champignons Yaourt nature et confiture Moelleux au citron |
| lundi 16 septembre 2024 | mardi 17 septembre 2024 | mercredi 18 septembre 2024 | jeudi 19 septembre 2024 | vendredi 20 septembre 2024 | samedi 21 septembre 2024 | dimanche 22 septembre 2024 |
| Dés concombres & Emmental Emincé de porc aux olives Sans viande : Filet de poisson pané Pomme de terre persillées Camembert Liégeois au café | Salade de betteraves Calamars frais à la Sétoise * Penne Rigate & emmental râpé Cantal AOP Pêche | Asperges vinaigrette Rôti de dinde LBR & Ketchup Sans viande : Omelette basquaise Taboulé Edam Pastèque | Salade de tomates Sauté de Bœuf Mode Sans viande : lentilles mijotées Carottes sautées Yaourt nature & confiture Gâteau à la vanille | Saucisson sec & cornichons Filet de poisson pané & quartier de citron Sans viande entrée : Œuf dur Ratatouille à la Niçoise Fromage blanc & miel Tranche de Melon | Maquereaux au vin blanc Blanquette de veau Sans viande : Filet de poisson Riz créole Brie Ananas | Salade de haricots verts & tomates Andouillette grillée & compotée d'oignons Sans porc : saucisse de volaille Flan de courgettes Petit suisse aux fruits Gâteau aux pommes |
| lundi 23 septembre 2024 | mardi 24 septembre 2024 | mercredi 25 septembre 2024 | jeudi 26 septembre 2024 | vendredi 27 septembre 2024 | samedi 28 septembre 2024 | dimanche 29 septembre 2024 |
| Semaine Européenne du Développement Durable | | | | | | |
| Menu Responsable Produits sous signe de qualité | Menu Anti Gaspi Repas préféré des enfants | Menu sans cuisson Economie des ressources | Menu Végétarien Protection de la vie | Menu préservation des ressources aquatiques | | |
| Salade verte en vinaigrette Daube de bœuf à la Provençale Sans viande : Galette brocolis Polenta Gouda Yaourt nature & confiture | Cœur d'Artichaut & vinaigrette Cuisse de poulet LBR façon coq au vin Sans viande : bolognaise végétale Tagliatelles Saint Nectaire AOP Banane | Salade de haricots verts Rôti de porc & Mayonnaise Sans porc : Œuf dur mayo Salade de PDT à la Grecque Emmental Prune | Tranche de pastèque & Fêta Couscous végétarien aux pois chiches * (Semoule & légumes) Crème anglaise Brownie préparé dans nos locaux | Œuf mimosa Filet de lieu sauce crème & herbes * Courgettes à l'ail Saint Paulin Nectarine | Concomres bulgares Joue de bœuf à la Provençale Sans viande : Omelette à la tomate Gratin Dauphinois Mini Cabrette Crème aux œufs | Salade de pâtes* Aile de raie aux Câpres * Poêlée de légumes persillées Fromage blanc & miel Gâteau chocolat noix de coco |

*tomates, poivrons, olives



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