



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 02 mars

Au 08 mars

Déjeuner

Dîner

Lundi
02

Poireau vinaigrette
Escalope de poulet rôtie
Petits pois au jus

Laitage
Yaourt aromatisé



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mardi
03

Salade de lentilles
Burger de veau au jus
Courgettes persillées

Laitage
Flan vanille



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mercredi
04

Roulé au fromage
Gratin de poisson
Brocoli vapeur

Laitage
Banane



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Judi
05

Cœur de scarole
Veau marenco
Purée de pommes de terre

Laitage
Compote variée



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Vendredi
06

Lentilles vinaigrette
Colin vapeur
Gratin de potiron

Laitage
Orange



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Samedi
07

Macédoine
Steack haché
Choux de Bruxelles

Laitage
Pomme



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Dimanche
08

Betteraves
Cuisse de poulet rôtie
Pommes vapeur

Laitage
Mille-feuille



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 09 mars

Au 15 mars

Déjeuner

Dîner

Lundi
09Carottes râpées
Sauté de poulet sauce basilic
Epeautre

Laitage
Compote variée

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**
10Salade de pâtes
Escalope de porc au jus
Gratin d'épinards

Laitage
Pomme

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**
11Salade verte
Côte de porc
Pâtes

Laitage
Cocktail de fruits au sirop

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Judi**
12Endives vinaigrette
Bœuf bourguignon
Pommes vapeur fraîches

Laitage
Liégeois à la vanille

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**
13Taboulé
Colin vapeur & citron
Haricots verts persillés

Laitage
Orange

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**
14Lentilles esaü
Omelette nature
Poêlée de navet

Laitage
Semoule au lait

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**
15Salade verte
Filet mignon de porc au jus
Gratin de pomme de terre

Laitage
Eclair au chocolat

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 16 mars

Au 22 mars

Déjeuner

Dîner

Lundi
16Cœur de scarole
Escalope de volaille
Gratin de chou-fleur safrané sans fromageLaitage
Riz au lait

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**
17Betterave en cube
Burger de veau
Petits pois & jeunes carottesLaitage
Orange

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**
18Tomates vinaigrette
Daube de taureau
RizLaitage
Tarte au citron

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Judi**
19Pois chiches vinaigrette
Poulet rôti
Haricots écheleursLaitage
Pomme

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**
20Salade verte
Brandade cuisinée sur placeLaitage
Yaourt au citron

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**
21Salade de riz sombrero
Côte de porc
Purée de céleriLaitage
Poire

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**
22Haricots verts en salade
Bœuf mironton
Polenta au thymLaitage
Ile flottante

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 23 mars

Au 29 mars

Déjeuner

Dîner

Lundi**23**Batavia
Burger de veau
Pommes de terre grenaillesLaitage
Mousse au citron

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mardi**24**Salade de pâtes
Sauté de volaille citron & orange
Haricot beurre persilléLaitage
Pomme

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mercredi**25**Chou kouki
Colin au basilic
Purée de patate douceLaitage
Orange

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Judi**26**Salade de mâche
Emincé de bœuf en daube
Carottes persillées fraîchesLaitage
Semoule au lait

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Vendredi**27**Courgettes râpées
Colin sauce tomate
RizLaitage
Liégeois au café

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Samedi**28**Salade de pommes de terre
Omelette nature
Printanière de légumesLaitage
Poire

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Dimanche**29**Tomate vinaigrette
Epaule d'agneau
Flageolets au jusLaitage
Tarte à la noix de coco

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 30 mars

Au 05 avril

Déjeuner

Dîner

Lundi
30Endives vinaigrette
Escalope de porc au jus
Haricots platsLaitage
Tarte aux pommes

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mardi
31Betteraves
Sauté de bœuf au jus
Pommes de terre en robe des champsLaitage
Ananas

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Mercredi
01Céleri rémoulade
Colin vapeur
Purée de carottesLaitage
Pomme

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Judi
02Cœur de scarole
Burger de veau sauce tomate
SemouleLaitage
Compote variée

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Vendredi
03Salade de pâtes
Colin vapeur
Poêlée de légumes (brocoli & potiron)Laitage
Orange

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Samedi
04Pois chiche
Cuisse de poulet poivrons olives
Pommes vapeurLaitage
Cocktail de fruits

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

Dimanche
05Salade coleslaw
Roti de porc de montagne
Toutons aux pommes de terreLaitage
Tarte sablée myrtilles

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

L'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du **06 avril**Au **12 avril**

Déjeuner

Dîner

**Lundi
06**Salade de pois chiches
Burger de veau
Polenta au thymLaitage
Eclair au chocolat**Mardi
07**Iceberg
Financière de veau sans olives
RizLaitage
Fromage blanc aux fruits**Mercredi
08**Pomelos et sucre
Saucisse rôtie
Lentilles au jusLaitage
Flan vanille**Judi
09**Chou chinois
Jambon
PâtesLaitage
Compote individuelle**Vendredi
10**Salade de haricots verts
Colin meunière et citron
Epinards à la crèmeLaitage
Orange**Samedi
11**Salade de boulghour
Cuisse de poulet rôtie
Céleri braiséLaitage
Pomme**Dimanche
12**Lentilles vinaigrette
Longe de porc braisée
Façon cassouletLaitage
Tropézienne

L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 13 avril

Au 19 avril

Déjeuner

Dîner

LundiPoireaux vinaigrette
Tagliatelle
Sauce bolognaise

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

13Laitage
Pomme**Mardi**Haricots verts
Colin vapeur
Haricots verts

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

14Laitage
Ananas**Mercredi**Carottes râpées
Steack haché
Pommes de terre fraîches vapeur

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

15Laitage
Compote coupelle variée**Jeudi**Taboulé frais
Escalope de porc au jus
Gratin de chou-fleur safrané

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

16Laitage
Mousse au chocolat**Vendredi**Radis
Colin et citron
Torti

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

17Laitage
Cocktail de fruits au sirop**Samedi**Betteraves
Sauté de porc
Pommes de terre quartier persillées

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

18Laitage
Orange**Dimanche**Pois chiches
Pois chiches
Penne

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

19Laitage
Bavarois aux fruits rouges

L'équipe de **Garig** vous souhaite un bon appétit



Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 20 avril

Au 26 avril

Déjeuner

Dîner

LundiCéleri rémoulade
Rôti de dinde & moutarde
Purée de pommes de terre

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

20Laitage
Pomme**Mardi**Cœur de scarole
Tajine au poulet
Semoule

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

21Laitage
Compote coupelle variée**Mercredi**Pomélos & sucre
Bœuf marenge
Carottes vichy

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

22Laitage
Riz au lait**Jeudi**Macédoine mayonnaise
Burger
Penne

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

23Laitage
Orange**Vendredi**Lentilles vinaigrette
Colin vapeur & citron
Gratin d'épinards

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

24Laitage
Yaourt aromatisé**Samedi**Salade de tomates
Jambon
Purée de panais

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

25Laitage
Ananas**Dimanche**Pois chiches vinaigrette
Poulet au pot & ses légumes

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel

26Laitage
Tarte au citron

L'équipe de Garig vous souhaite un bon appétit