



## Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 27 avril

Au 03 mai

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**27**Carottes râpées  
Sauté de porc au jus  
Poêlée de chou-fleur & petits pois

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Riz au lait**Mardi**  
**28**Salade de lentilles  
Burger de veau au jus  
Penne

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Pomme**Mercredi**  
**29**Escalope de poulet à la marjolaine  
Purée de pomme de terre

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Fruit (Orange)**Judi**  
**30**Cœur de scarole  
Filet de poisson et citron  
Gratin de potiron

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Semoule au lait**Vendredi**  
**01**Pois chiche  
Sauté de veau sauce forestière  
Pomme de terre rôtie

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Fruit**Samedi**  
**02**Macédoine vinaigrette  
Burger de veau  
Purée de céleri

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Crème dessert vanille**Dimanche**  
**03**Salade de mâche  
Côte de porc  
Chou & PDT

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

Laitage  
Tarte aux pommes

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



## Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 04 mai

Au 10 mai

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**04**Tomate entière vinaigrette  
Boulette de bœuf à la provençale  
SemouleLaitage  
Compote coupelle variée

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**  
**05**Betteraves  
Sauté de volaille sauce aigre douce  
Riz basmatiLaitage  
Fruit (orange)

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**  
**06**Pomelos et sucre  
Escalope de porc au jus  
Purée de carottesLaitage  
Flan caramel

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Jeudi**  
**07**Salade iceberg  
Escalope de volaille  
Haricots vert persillésLaitage  
Semoule au lait

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**  
**08**Betterave  
Cabillaud à l'aneth  
Pomme de terre vapeurLaitage  
Bavarois aux fruits rouge

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**  
**09**Taboulé \*  
Burger de veau  
Gratin de courgettesLaitage  
Orange

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**  
**10**Tomate entière vinaigrette  
Epaule d'agneau au jus  
Flageolets au jusLaitage  
Ile flottante

Potage, laitage &amp; 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 11 mai

Au 17 mai

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**11**

Carottes râpées  
Burger de veau  
Petits pois au jus

Laitage  
Flan vanille



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Mardi**  
**12**

Pomelos & sucre  
Sauté de porc basquaise  
Blé pilaf

Laitage  
Pomme



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Mercredi**  
**13**

Concombre frais vinaigrette  
Colin vapeur  
Lentilles au jus

Laitage  
Cocktail de fruits au sirop



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Judi**  
**14**

Pois chiche  
Navarin d'agneau  
Pomme de terre grenaille au thym

Laitage  
Tarte au citron meringuée



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Vendredi**  
**15**

Batavia  
Colin vapeur & citron  
Gratin d'épinards

Laitage  
Semoule au lait x1



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Samedi**  
**16**

Salade de pâtes  
Rognons au madère  
Chou-fleur persillé

Laitage  
Orange



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



**Dimanche**  
**17**

Tomate croc sel  
Burger de veau  
Poelée carottes & champignons

Laitage  
Mille-feuille



Potage, laitage &amp; 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 18 mai

Au 24 mai

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**18**Poireaux vinaigrette  
Daube de bœuf  
Carottes vichyLaitage  
Cake nature

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**  
**19**Concombre frais vinaigrette  
Quenelle nature sauce tomate  
RizLaitage  
Purée pomme poire

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**  
**20**Pois chiche vinaigrette  
Burger  
Gratin de courgettes fraîchesLaitage  
Crème dessert au caramel

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Jeudi**  
**21**Melon  
Sauce bolognaise  
Ratatouille fraîcheLaitage  
Eclair au chocolat

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**  
**22**Salade de tomate  
Filet de colin sauce au basilic  
EpeautreLaitage  
Yaourt aromatisé

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**  
**23**Lentilles vinaigrette  
Burger de veau  
Poêlée de légumes vertsLaitage  
Ananas

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**  
**24**Radis & beurre  
Poule au pot  
& ses légumesLaitage  
Fraises

Potage, laitage &amp; 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 25 mai

Au 31 mai

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**25**

Rosette et beurre  
Sauté de veau orange et romarin  
Pommes de terre grenaille rôties

Laitage  
Ile flottante



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Mardi**  
**26**

Salade iceberg  
Saucisse de Toulouse  
Lentilles au jus

Laitage  
Fromage blanc aux fruits



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Mercredi**  
**27**

Céleri vinaigrette  
Emincé de bœuf au jus  
Poêlée de carottes & pommes de terre

Laitage  
Banane



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Jeudi**  
**28**

Pomelos  
Colin vapeur  
Semoule

Laitage  
Flan au caramel



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Vendredi**  
**29**

Salade de pommes de terre tomate maïs olives  
Colin vapeur et citron  
Haricots verts persillés

Laitage  
Pomme



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Samedi**  
**30**

Pois chiches vinaigrette  
Burger de veau  
Aubergines à la provençale

Laitage  
Faisselle & sucre



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Dimanche**  
**31**

Betteraves  
Cuisse de pintade sauce forestière  
Pommes vapeur

Laitage  
Eclair au café



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 01 juin

Au 07 juin

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi****01**

Salade verte  
Emincé de porc basquaise  
Courgettes fraîches & pdt au thym

Laitage  
Crème dessert caramel



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi****02**

Céleri vinaigrette  
Daube de bœuf  
Riz

Laitage  
Pastèque



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi****03**

Chou-fleur vinaigrette  
Tajine de poulet sauté  
Semoule

Laitage  
Melon



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Jeudi****04**

Carottes râpées  
Steack haché  
Pâtes

Laitage  
Compote variée



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi****05**

Salade de tomates  
Filet de poisson & citron  
Gratin de brocolis

Laitage  
Semoule au lait



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi****06**

Salade de pommes de terre tomate  
Burger de veau  
Céleri braisé

Laitage  
Pomme



Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche****07**

Macédoine vinaigrette  
Cuisse de poulet à la crème  
Tagliatelle

Laitage  
Tarte grillée aux abricots



Potage, laitage &amp; 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 08 juin

Au 14 juin

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**08**Salade de tomates  
Bourguignon  
Pomme de terre en robe des champsLaitage  
Yaourt nature sucré

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**  
**09**Melon  
Haché de veau au poivre  
PenneLaitage  
Compote variée

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**  
**10**Taboulé frais  
Sauté de poulet au jus  
Gratin d'épinardsLaitage  
Pastèque

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Jeudi**  
**11**Concombre vinaigrette  
Moussaka éco gourmandeLaitage  
Riz au lait x1

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**  
**12**Poireaux vinaigrette  
Filet de poisson frais sauce courgettes  
Polenta crémeuseLaitage  
Pêche

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**  
**13**Salade de pdt, h. verts & tomate  
Escalope de poulet à la sauge  
Choux de BruxellesLaitage  
Nectarine

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**  
**14**Lentilles vinaigrette  
Navarin d'agneau  
BohémienneLaitage  
Clafoutis aux cerises

Potage, laitage &amp; 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 15 juin

Au 21 juin

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
**15**Betteraves  
Jambon blanc  
Ecrasé de pomme de terreLaitage  
Melon

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**  
**16**Concombre frais vinaigrette  
Escalope de porc au jus  
Petits pois au jusLaitage  
Flan au chocolat

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**  
**17**Salade de tomates  
Rôti de dinde et mayonnaise  
Printanière de légumes et pommes de terreLaitage  
Pastèque

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Judi**  
**18**Melon  
Sauce carbonara  
CoquillettesLaitage  
Faisselle & sucre

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**  
**19**Taboulé frais  
Filet de poisson & citron  
Courgettes fraîches persilléesLaitage  
Compote variée

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**  
**20**Salade Pdt tomate échalote persil  
Filet de colin & citron  
Navets glacésLaitage  
Nectarine

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**  
**21**Cœur de scarole  
Longe de porc braisée  
Poêlée de haricots verts et champignonsLaitage  
Tarte à la noix de coco

Potage, laitage &amp; 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 22 juin

Au 28 juin

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
22Céleri rémoulade  
Hache de veau au jus  
Bohémienne fraîcheLaitage  
Yaourt aromatisé au citron

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mardi**  
23Chou-fleur vinaigrette  
Escalope de porc sauce tomate  
RizLaitage  
Fruit (Abricots)

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Mercredi**  
24Lentilles vinaigrette  
Rôti de bœuf & moutarde  
Courgettes persillées fraîchesLaitage  
Flan vanille

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Jeudi**  
25Salade verte  
Poulet rôti  
PenneLaitage  
Liégeois vanille

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Vendredi**  
26Betterave vinaigrette  
Colin vapeur & citron  
PolentaLaitage  
Pêche

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Samedi**  
27Melon  
Côte de porc  
Purée de céleriLaitage  
Compote variée

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**Dimanche**  
28Pois chiche vinaigrette  
Sauté de porc forestier  
Poelée de courgettes & Pdt au thymLaitage  
Tarte au chocolat

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel



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



27/03/2026 13:17



# Garig



## Ville de Gap menu du Portage à domicile pauvre en sel

Du 29 juin

Au 05 juillet

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**Salade de pâtes (farfalle)  
Poisson vapeur & citron  
Gratin d'épinards

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**29**Laitage  
Fruit (Abricot)**Mardi**Lentilles vinaigrette  
Aiguillette de poulet  
Pâtes

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**30**Laitage  
Cocktail de fruits au sirop x1**Mercredi**Cœur de scarole  
Jambon blanc de montagne  
Tourtons aux pommes de terre

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**01**Laitage  
Compote variée**Jeudi**Taboulé frais  
Haché de veau au jus  
Carottes persillées

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**02**Laitage  
Yaourt aux fruits**Vendredi**Salade de haricots verts  
Colin sauce citron  
Pommes de terre grenaille au thym

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**03**Laitage  
Pastèque**Samedi**Salade de tomates  
Colin  
Courgettes sautées

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**04**Laitage  
Semoule au lait**Dimanche**Lentilles vinaigrette  
Fricassée de volaille à la crème  
Purée de patate douce

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou pauvre en sel

**05**Laitage  
Pâtisserie

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

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