

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

Du 02 novembre

Au 08 novembre

## Déjeuner

## Dîner

Lundi

02

Céleri vinaigrette  
Escalope de poulet aux herbes  
Poêlée de haricot vert et pomme de terre

Fromage blanc  
Pomme gala



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



Mardi

03

Salade verte  
Emincé de veau au jus  
Riz

Laitage  
Crème dessert pistache



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



Mercredi

04

Carottes râpées  
Estouffade de taureau aux aromates  
Haricot beurre persillé

Laitage  
Tarte au citron



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



Jeudi

05

Betteraves  
Escalope de porc au jus  
Penne

Laitage  
Poire



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



Vendredi

06

Pomelos  
Filet de colin frais sauce vierge  
Purée de carottes

Laitage  
Flan chocolat



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



Samedi

07

Duo de crudités  
Moules à la crème d'ail  
Purée de pomme de terre

Laitage  
Purée de pommes



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



Dimanche

08

Salade de mâche  
Côte de porc  
Chou & P. de terre

Laitage  
Eclair au chocolat



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



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.

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

Du 09 novembre

Au 15 novembre

## Déjeuner

## Dîner

Lundi

09

Carottes râpées fraîches  
Cuisse de poulet façon couscous  
Semoule

Laitage  
Compote



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



Mardi

10

LIVRÉ LE  
10/11

Salade verte  
Paupiette de veau rôtie  
Haricots verts persillés

Laitage  
Poire



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



Mercredi

11

LIVRÉ LE  
10/11

Pâté de campagne  
Sauté de veau sauce forestière  
Poêlée de potimarron

Laitage  
Mille feuille



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



Jeudi

12

Pizza au fromage  
Escalope de porc  
Petits pois au jus

Laitage  
Orange



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



Vendredi

13

Macédoine vinaigrette  
Colin meunière et citron  
Coquillettes

Laitage  
Mousse au chocolat



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



Samedi

14

Poireau vinaigrette  
Côte de porc au jus  
Purée de céleri

Laitage  
Pomme



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



Dimanche

15

Pomelos et sucre  
Rôti de porc à la moutarde  
Polenta

Laitage  
Ile flottante



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



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.

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

Du 16 novembre

Au 22 novembre

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi****16**

Cœur d'artichaut  
Sauté de poulet romarin  
Poêlée de pommes de terre fraîches

Laitage  
Poire



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

**Mardi****17**

Salade de mâche  
Colin vapeur & citron  
Gratin d'épinards

Yaourt nature  
Tarte sablée aux fruits rouges



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

**Mercredi****18**

Betteraves vinaigrette  
Daube de bœuf  
Riz

Laitage  
Ananas



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

**Jeudi****19**

Lentilles vinaigrette  
Rôti de porc au jus  
Poêlée de carottes fraîches

Laitage  
Compote



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

**Vendredi****20**

Endives vinaigrette  
Sauce au thon  
Torti

Laitage  
Orange



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

**Samedi****21**

Salade de pommes de terre  
Omelette nature  
Fenouil braisé

Laitage  
Pomme



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

**Dimanche****22**

Salade iceberg  
Tête de veau sauce ravigote  
Légumes pot au feu

Laitage  
Tarte Bourdaloue



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



**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.

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

Du 23 novembre

Au 29 novembre

## Déjeuner

## Dîner

**Lundi****23**

Céleri vinaigrette  
Filet de poisson au potiron  
Polenta crémeuse

Laitage  
Clémentines

**Mardi****24**

Betteraves en cube  
Quenelle nature au jus  
Gratin de potiron

Laitage  
Semoule au lait

**Mercredi****25**

Salade de pâtes  
Sauté de porc aux champignons  
Carottes sautées fraîches

Laitage  
Ananas frais

**Jeudi****26**

Salade verte  
Omelette nature  
Haricots plats persillés

Laitage  
Riz au lait

**Vendredi****27**

Salade coleslaw  
Brandade

Laitage  
Yaourt aux myrtilles

**Samedi****28**

Lentilles vinaigrette  
Burger de veau au jus  
Blettes persillées

Yaourt nature  
Pomme

**Dimanche****29**

Haricots verts vinaigrette  
Sauté de poulet à la crème  
Pomme de terre vapeur

Laitage  
Tarte au citron



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.

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

Du 30 novembre

Au 06 décembre

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi****30**

Salade verte  
Burger de veau  
Haricots blancs à la tomate

Laitage  
Compote variée



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

**Mardi****01**

Carottes rapées  
Gardianne de bœuf  
Chou fleur persillé

Laitage  
Cake nature



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

**Mercredi****02**

Velouté de légumes  
Couscous agneau  
Semoule

Fromage blanc  
Orange



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

**Jeudi****03**

Salade de pâtes, tomates et maïs  
Omelette à la ciboulette sans sel  
Gratin d'épinards

Laitage  
Pomme



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

**Vendredi****04**

Pois chiches vinaigrette  
Filet de colin & citron  
Purée de potiron

Laitage  
Flan vanille



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

**Samedi****05**

Macédoine vinaigrette  
Poulet rôti  
Ratatouille

Laitage  
Yaourt aromatisé



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

**Dimanche****06**

Salade de Mâche  
Filet mignon de porc  
Flageolets au jus

Laitage  
Tourtons aux pommes



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



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

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

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

Du 07 decembre

Au 13 decembre

## **Déjeuner**

## **Dîner**

**Lundi**
**07**

Salade verte  
Côte de porc au jus  
Gratin de pomme de terre

Laitage  
Compote variée



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Mardi**
**08**

Salade de pois chiches au cumin  
Blanquette de veau  
Haricots verts vapeur

Laitage  
Banane



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Mercredi**
**09**

Pomelos  
Colin sauce moutarde à l'ancienne  
Penne

Laitage  
Cocktail de fruits



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Jeudi**
**10**

Salade iceberg  
Omelette aux herbes  
Carottes vichy

Laitage  
Semoule au lait



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Vendredi**
**11**

Salade de pâtes  
Filet de poisson vapeur et citron  
Gratin de brocolis

Laitage  
Orange



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Samedi**
**12**

Salade de lentilles  
Sauté de poulet au miel  
Navets glacés

Yaourt nature  
Pomme golden



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel


**Dimanche**
**13**

Poireaux vinaigrette  
Cuisse de canette au jus  
Pommes de terre grenaille rôties

Laitage  
Millefeuille



Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**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.

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

Du 14 decembre

Au 20 decembre

## Déjeuner

## Dîner

**Lundi**
**14**

Chou rouge vinaigrette  
Emincé de bœuf au jus  
Riz

Laitage  
Yaourt au citron

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


**Mardi**
**15**

Betteraves vinaigrette  
Escalope de volaille aux champignons  
Torti

Laitage  
Pomme

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


**Mercredi**
**16**

Salade de mâche  
Emincé de veau au jus  
Haricots verts persillés

Fromage blanc  
Tarte sablée à la myrtille

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


**Jeudi**
**17**

Pâté de campagne  
Paupiette de dinde sauce vigneronne  
Chou fleur sauté

Fromage  
Poire

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


**Vendredi**
**18**

Lentilles  
Pépites de poisson  
Carottes persillées

Laitage  
Crème dessert au café

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


**Samedi**
**19**

Velouté de légumes  
Burger de veau au jus  
Céleri braisé

Laitage  
Orange

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


**Dimanche**
**20**

Haricots verts vinaigrette  
Sauté de volaille au jus  
Polenta

Laitage  
Pâtisserie

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou salée



**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.

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

Du 21 decembre

Au 27 decembre

### Déjeuner

### Diner

Lundi

21

Macédoine vinaigrette  
Boulettes de bœuf façon couscous  
Semoule

Laitage  
Clémentines

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



Mardi

22

LIVRÉ LE  
22/12

Salade verte  
Sauté de poulet au citron  
Carottes persillées

Laitage  
Riz au lait

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



Mercredi

23

LIVRÉ LE  
22/12

Haricots verts vinaigrette  
Rôti de porc  
Gratin de potiron

Fromage  
Orange

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



Jeudi

24

LIVRE LE  
23/12

Mache  
Colin à l'aneth  
Riz

Fromage  
Purée pomme banane

Soupe à l'oignon et gruyère



Vendredi

25

LIVRÉ LE  
23/12

MENU DE NOEL

0

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou salée



Samedi

26

LIVRÉ LE  
24/12

Céleri rémoulade  
Rognons au Madère  
Haricots beurre persillés

Laitage  
Crème dessert caramel

Potage, laitage &amp; variable sucrée ou salée



Dimanche

27

LIVRÉ LE  
24/12

Salade mélangée  
Sauté de porc au jus  
Pomme de terre rôtie

Laitage  
Gâteau basque

Potage laitage &amp; variable sucrée ou salée



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.



# Garig



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

Du 28 decembre

Au 03 janvier

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**

**28**

Batavia  
Poulet rôti  
Pommes de terre vapeur

Laitage  
Pomme

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Mardi**

**29**

**LIVRÉ LE  
29/12**

Pomelos et sucre  
Escalope de porc au jus  
Poelée de carottes & riz

Laitage  
Yaourt au citron

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Mercredi**

**30**

**LIVRÉ LE  
29/12**

Salade verte  
Colin meunière et citron  
Poelée de brocolis

Fromage  
Semoule au lait

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Jeudi**

**31**

**LIVRÉ LE  
30/12**

Carottes râpées  
Aiguillettes de poulet à la crème  
Tourtons à la pomme de terre

Fromage  
Compote coupelle variée

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Vendredi**

**01**

**LIVRÉ LE  
30/12**

0  
MENU DU JOUR DE L'AN

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Samedi**

**02**

**LIVRÉ LE  
31/12**

Betteraves vinaigrette  
Côtes de porc au jus  
Semoule

Yaourt nature  
Orange

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**Dimanche**

**03**

**LIVRÉ LE  
31/12**

Poireaux vinaigrette  
Filet mignon sauce vigneronne  
Poelée de potiron et champignons

Laitage  
Galette des rois

Potage, laitage & variable sucrée ou pauvre en sel



**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.