







# Menus Garidech

Semaine n°19 : du 10 au 14 Mai 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	Salade coleslaw	Chou-fleur vinaigrette		ASCENSION	Radis rondelles sauce fromage blanc
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Estouffade de bœuf 	Filet de colin sauce curry			Saucisse de Toulouse <i>S/porc : Filet de colin sauce provençale</i>
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Edam			Lentilles 
 DESSERT	Compote poire coupelle	kiwi			Fraidou
					Liégeois vanille <i>S/porc : crème dessert vanille</i>



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw:  
carotte râpée, chou blanc râpé, mayonnaise

 Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

P.A. n°5


Semaine n°20 : du 17 au 21 Mai 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	P. de terre échalote	 Carottes râpées 		Tomate vinaigrette aux olives	Concombre vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Colin pané	<b>Boulgour aux pois chiches</b>		Brandade de poisson	Moussaka au bœuf 
 PRODUIT LAITIER	Yaourt aromatisé	Camembert		(Plat complet)	(Plat complet)
 DESSERT	Pomme 	Flan nappé caramel		 Carré frais 	Yaourt sucré 
				Tarte Nata (flan)	Madeleine

Escapade gourmande au Portugal

En gras les plats contenant du porc

 1 élément BIO / jour + 4 repas bio/trimestre

 Nos viandes proviennent de notre fournisseur "Bousquet" et les fruits du "Vergers des Bosquet" (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°1



 Circuits courts/ Produits locaux  maison  bio  Alternatif    

**Ansamble**  
UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES