







# MENUS GARIDECH

Semaine n°19 : du 09 au 13 Mai 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	REPAS VEGETARIEN VENDREDI
 ENTRÉE	Concombre vinaigrette	P. de terre et maïs vinaigrette		<b>BIO</b> Salade verte	Betteraves et mâche
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 <b>Palette de porc</b> <i>S/porc : Croq végétarien</i>	Poisson meunière citron		Sauté de boeuf marenco	<b>Végé BIO</b> Riz à la cantonnaise
	<b>BIO</b> Purée de pois cassés	Carottes BIO à la crème curcuma		Pâtes tortis	***
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Fondu Président		Camembert	Fromage frais sucré
 DESSERT	<b>Flan vanille</b> <i>S/porc : compote pêche</i>	Poire	Banane	Fromage blanc fruits rouges ind.	











TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs  
Salade du Léon: chou-fleur, maïs, persil

P.A. n°2

Semaine n°20 : du 16 au 20 Mai 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	LA BRETAGNE LES PAYSAGES DE FRANCE VENDREDI
 ENTRÉE	<b>BIO</b> Semoule fantaisie	<b>BIO</b> Carotte râpée		Salade du Léon <b>BIO</b> <i>(persil non bio)</i>	<b>Saucisson à l'ail</b> <i>S/porc : Œuf dur mayonnaise</i>
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Courgettes au bœuf	<b>VÉGÉ</b> Parmentier d'haricots rouges		Galette saucisse <i>S/porc : Crêpe aux fruits de mer</i>	 Merlu sauce berycy
	***	***		Salade verte	Haricots beurre
 PRODUIT LAITIER	 Cantal	Cotentin		Yaourt aromatisé	Camembert
 DESSERT	Pomme	Fromage blanc sucré	Crêpe au caramel beurre salé	<b>BIO</b> Banane	

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

**BIO**

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°3



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France






Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS GARIDECH

Semaine n°21 : du 23 au 27 Mai 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Macédoine de légumes	<b>BIO</b> Raïta de concombre		Ascension	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Lasagne bolognaise	Dahl de lentille corail et RIZ BIO			
	***	***			
PRODUIT LAITIER	 Pont l'Evêque	Emmental			
DESSERT	Pomme	Compote pomme banane			





P.A. n°4



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Arlequin: p. de terre, petits pois, maïs  
Salade bicolore: carotte, radis  
Raïta de concombre: concombre sauce fromage blanc au cumin, paprika, citron

Semaine n°22 : du 30 Mai au 3 Juin 2022

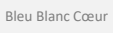




	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Betterave vgte	Tomate ciboulette		Coquillettes BIO au basilic	Salade bicolore (carotte BIO)
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Végé</b> Croq basquaise	 Parmentier de poisson (purée BIO)		 Boulettes de bœuf au thym	 <b>Rôti de porc au jus</b> S/porc : nugget's blé
	Poêlée de légumes	***		Ratatouille	Haricots blancs cuisinés
PRODUIT LAITIER	<b>BIO</b> Yaourt nature sucré	Edam		Fraidou	Fromage blanc sucré
DESSERT	Madeleine	Pomme		<b>BIO</b> Banane	Compote pêche

P.A. n°5

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

**BIO**  
 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



 Bleu Blanc Cœur  Végé  Label rouge  Viande/Cœuf de France  Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
 AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS GARIDECH

Semaine n°23 : du 6 au 10 Juin 2022



	LUNDI DE PENTECOTE				
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE		Taboulé (semoule BIO)		Radis beurre	Salade verte
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Pentecote	Colin pané citron		Marmite de poisson basquaise	Cheesburger
PRODUIT LAITIER		Epinards béchamel		Pâtes papillon	Frites
DESSERT		Cantal		Yaourt aromatisé	Camembert
		Pêche (sous réserve)		Compote poire	Fourrandise à la fraise

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade Italienne: pâtes, tomate, poivron, olive

P.A. n°1

Semaine n°24 : du 13 au 17 Juin 2022

				REPAS VEGETARIEN	
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carotte râpée	Macédoine de légumes mayonnaise		Salade blé fantaisie	Concombre vinaigrette
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	<b>Colombo de porc</b> <i>S/porc : Croq végétarien</i>	Merlu sauce catalane		Omelette	Chili con carne et RIZ BIO
PRODUIT LAITIER	Semoule	Blé		Ratatouille	***
DESSERT	Tomme noire	Fromage frais sucré		Carré frais	Coulommiers
	<b>Liégeois vanille</b> <i>S/porc : compote poire</i>	Nectarine (sous réserve)		Banane	<b>Mousse au chocolat</b> <i>S/porc : compote pomme fraise</i>

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°2



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable




UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS GARIDECH

Semaine n°25 : du 20 au 24 Juin 2022




	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Lentilles à l'échalote	Concombre vinaigrette		Tomate vinaigrette aux olives	<b>Pâté de campagne</b> <i>S/porc : Œuf dur mayonnaise</i>
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Filet de colin sauce crème	<b>Vege</b> Blé BIO à la napolitaine		Boulettes de bœuf à l'antiboise	Merlu beurre citron
<b>PRODUIT LAITIER</b>	<b>Bio</b> Poêlée de légumes	et emmental râpé		<b>Bio</b> Purée de p. de terre	<b>Bio</b> Carottes
<b>DESSERT</b>	Cantal	***		Petit fromage frais ail et fines herbes	Camembert
	Pomme	Fromage blanc fruits rouges ind.		Moelleux pêche lavande ou Fourrandise chocolat	Abricots

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade de riz façon Niçoise: riz, tomate, oignon, olive, basilic  
Salade de blé estivale: blé, concombre, menthe

P.A. n°3

Semaine n°26 : du 27 Juin au 1er Juillet 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>ENTRÉE</b>	Salade verte	Concombre vinaigrette		Radis à la croque	Salade de BLE BIO estivale
<b>PLAT &amp; ACCOMPAGNEMENT</b>	Goulash de boeuf	<b>Saucisse sauce rougail</b> <i>S/porc : Filet de colin sauce tomate</i>		<b>Vege</b> Couscous de légumes BIO (épices non BIO)	Beignets de poisson citron
<b>PRODUIT LAITIER</b>	<b>Bio</b> Coquillettes	<b>Bio</b> Riz pilaf		***	Haricots beurre
<b>DESSERT</b>	Yaourt aromatisé	Petit fromage frais nature		Edam	Gouda
	Pêche	<b>Flan nappé caramel</b> <i>S/porc : Compote pomme fraise</i>		Fondant aux fruits rouges	Nectarine

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

**BIO**  
Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.

P.A. n°4



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINES & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

# MENUS GARIDECH

Semaine n°27 : du 4 au 8 Juillet 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE	 Semoule fantaisie	 Carotte râpée		 Tomate à la croque	
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Moussaka de boeuf	 Faboulettes de lentilles corail		 Jambon blanc <i>S/porc : Jambon de dinde</i>	
	***	Ratatouille		Chips	
PRODUIT LAITIER	Camembert	Bûchette chèvre		Vache qui rit	
DESSERT	Pastèque	Riz au lait		Fourrandise abricot	




P.A. n°5



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES


Semoule fantaisie:  
semoule, tomate, maïs

Semaine n°35 : du 29 Août au 2 Septembre 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
ENTRÉE				 Betterave vinaigrette	<b>Pâté de foie</b> <i>S/porc : œuf dur mayonnaise</i>
PLAT & ACCOMPAGNEMENT				Tortis bolognaise	Colin pané citron
				***	Purée de courgette
PRODUIT LAITIER				Yaourt aromatisé	 Camembert
DESSERT				Pomme	Pêche

P.A. n°1

Les labels de qualité (sauf BIO) concernent l'ingrédient majoritaire de la recette.

 Le picto BIO indique une recette respectant les exigences du règlement CE n°889/2008. Pour les recettes contenant moins de 100% de produits BIO, l'ingrédient BIO sera précisé dans le libellé du plat.



Bleu Blanc Cœur



Plat végétarien



Label rouge



Viande/Œuf de France



Pêche responsable



UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE  
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES