



Nos engagements :

Fruits et légumes
frais de saison



Haute valeur
environnementale



Toutes les
Volailles sont
Label Rouge



Toutes les viandes
sont d'origine
FRANCE



Boeuf de qualité
Eleveurs du Sud



Pêche durable



Produit local



Préparé dans
notre cuisine



Produit
Artisanal



Fromage à la
coupe



Fromage AOP
/ AOC



Produit issu de
l'agriculture
biologique



Produit
végétarien



Certification
Environnementale
niveau 2



Bon appétit !

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

Dans le cadre de notre animation "Ma Cantine te raconte des histoires",
GARIG met à l'honneur le livre "Cyrano de Bergerac".
Chef-d'œuvre d'Edmond Rostand, c'est en réalité une pièce de théâtre qui raconte les aventures de Cyrano de Bergerac, un mousquetaire de la compagnie des Cadets de Gascogne qui attache de l'importance à des qualités héroïques
comme la loyauté, l'amour et l'honneur. Il est brave et rejette toute forme de lacheté mais c'est surtout un homme qui maîtrise parfaitement les mots.
Cyrano est un guerrier valeureux qui manie l'épée comme les jeux de mots. Cette pièce traite de l'apparence physique car malgré son

Citation :

"Voilà ce qu'à peu près, mon cher, vous m'auriez dit ; Si vous aviez un peu de lettres et d'esprit - Mais d'esprit, ô le plus lamentable des êtres - Vous n'en eûtes jamais un atome, et de lettres - Vous n'avez que les
trois qui forment le mot : sot !" Cyrano de Bergerac.

lundi 2 mars 2026	mardi 3 mars 2026	mercredi 4 mars 2026	jeudi 5 mars 2026	vendredi 6 mars 2026
MENU VEGETARIEN Salade iceberg ~~~~ Raviolis aux légumes bio & sauce tomate ~~~~ Fromage blanc nature & sucre	MARDI GRAS ~~~~ Sauté de porc de porc sauce romarin Gratin de chou fleur ~~~~ Camembert à la coupe Beignet choco noisette	Centre de Loisirs Endives & dés d'emmental ~~~~ Escalope de dinde LR sauce normande Haricots vert persillés ~~~~ Gâteau au chocolat Garig par nos chefs	Menu issu de l'Agriculture Biologique ~~~~ Bœuf bourguignon & Semoule ~~~~ Gouda à la coupe Banane	Carottes râpées & vinaigrette ~~~~ Filet de Colin sauce tomate & Riz de Camargue ~~~~ Yaourt nature & sucre
lundi 9 mars 2026	mardi 10 mars 2026	mercredi 11 mars 2026	jeudi 12 mars 2026	vendredi 13 mars 2026
Menu issu de l'Agriculture Biologique ~~~~ Sauté de Veau sauce aux olives Carottes persillées ~~~~ Emmental à la coupe Pomme	MENU VEGETARIEN Pizza au fromage ~~~~ Falafels & sauce curry Epinards béchamel ~~~~ Crème dessert à la vanille	Centre de Loisirs ~~~~ Filet de Hoki sauce curry coco & Semoule ~~~~ Cantal AOP à la coupe Ananas	MENU ECO-GOURMAND ~~~~ Lasagne éco-gourmande du chef (bolognaise de bœuf & lentilles) ~~~~ Vache picon Kiwi	Salade Iceberg & dés de mimolette ~~~~ Nuggets de volaille & Ketchup & Pommes de terre rissolées ~~~~ Purée de pomme HVE Garig par nos chefs
lundi 16 mars 2026	mardi 17 mars 2026	mercredi 18 mars 2026	jeudi 19 mars 2026	vendredi 20 mars 2026
~~~~ Couscous Merguez Légumes couscous & Semoule ~~~~ <b>Yaourt nature bio &amp; sucre</b>	Carottes râpées & dés d'emmental ~~~~ Filet de Colin meunière Petits pois mijotés ~~~~ Flan vanille nappé caramel	<b>Centre de Loisirs</b> ~~~~ Rôti de dinde sauce caramel & Gnocchis ~~~~ Carline de l'Ubaye à la coupe Pomme	<b>Menu issu de l'Agriculture Biologique</b> ~~~~ Sauté de Bœuf sauce chasseur & Coquillettes semi complètes ~~~~ <b>Edam à la coupe</b> Banane	<b>MENU VEGETARIEN</b> <b>Pamplemousse &amp; sucre</b> ~~~~ <b>Pané de blé épinard</b> <b>Haricots plat</b> ~~~~ <b>Gâteau aux pommes Garig</b> par nos chefs
lundi 23 mars 2026	mardi 24 mars 2026	mercredi 25 mars 2026	jeudi 26 mars 2026	vendredi 27 mars 2026
<b>Cyrano de Bergerac</b> ~~~~ Sauté de Canard au miel & Pommes de terres rôties ~~~~ Lou Foundre de l'Ubaye à la coupe Ile Flottante à la crème anglaise & topping caramel	<b>Menu issu de l'Agriculture Bio &amp; Végétarien</b> <b>Salade coleslaw</b> ~~~~ <b>Brouillade d'œufs bio nature</b> <b>&amp; coulis de tomate</b> <b>Carottes persillées</b> ~~~~ <b>Fromage blanc nature bio &amp; sucre</b>	<b>Centre de Loisirs</b> Salade iceberg & dés de mimolette ~~~~ Sauté de taureau au jus & Riz de Camargue ~~~~ Purée de pomme HVE Garig par nos chefs	Emincé de porc à la moutarde Haricots vert persillés ~~~~ Saint Paulin à la coupe Poire	Carottes râpées & vinaigrette ~~~~ Bolognaise de bœuf & Tortis & râpé ~~~~ Yaourt aux fruits

Sous réserve d'approvisionnement

Toutes les composantes soulignées sont éligibles France AGRIMER :  
Aide de l'Union Européenne à destination des écoles



Toute l'actualité Garig :

