

Le menu des repas à domicile

Avril 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
FERIE 2	3	4	5	6	7
Jambon cru - beurre - cornichons, coquelet aux écrevisses, risotto aux champignons Fromage, Ile flottante	Mousse de canard Lasagnes de bœuf Fromage Compote BIO	Pizza au fromage Pépites de colin doré Petit-pois Fromage Fruit	Salade Chinoise ● Brochette de porc à la Provençale *, chou-fleur en gratin, fromage BIO Pâte à tartiner + biscuit	Tomates cerises * Sot l'y laisse de dinde en civet, pomme de terre vapeur, fromage Yaourt arôme vanille	Salade d'endives et noix Cervelas Obernois Epinards à la crème Fromage Dessert
9	10 avril	11	12	13	"Les Graulinades" 14
Betteraves BIO vinaigrette Poisson pané + citron Printanière de légumes Fromage Fruit BIO	Menu des Chefs Rouleau de printemps au crabe sauce asiatique à l'orange Emincé de bœuf Thaï Wok de nouilles Chinoises Fromage Cheesecake spéculoos et fruits rouges	Concombres en vinaigrette Sauté de veau aux olives vertes Polenta Fromage Dessert	Pois chiches en salade Rôti de Porc * Gratin de courgettes à la moutarde Fromage Salade de fruits	Salade Grecque ● Poulet Basquaise Blé Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO	Tielle Sétoise Rouille Fromage Dessert
VACANCES SCOLAIRES					
16	17	18	19	20	21
Carottes râpées fraîches * Manchons de canard au thym, pâtes Fromage Fruits au sirop	Salade Niçoise ● Omelette "maison" Ratatouille Fromage BIO Banane BIO	Radis-beurre * Tagine d'agneau Carottes sautées * Fromage Liégeois au chocolat	Tapenade + croûtons Saucisse * Haricots blancs façon Cassoulet Fromage, fruit	Soupe de tomates et vermicelles Poisson Meunière, flan de courgettes, fromage Fromage frais aux fruits	Macédoine mayonnaise Rôti de veau au jus Chou rouge braisé * Fromage Dessert
23	24	25	26	27	28
Charcuterie * Filet de poulet aux champignons Riz Fromage, fruit BIO	Salade Caraïbe ● Légumes farcis (sans porc) Semoule Fromage Crème dessert vanille	Salade verte * + dès de fromage Rosbeef + sauce Barbecue Purée de potiron, fromage Fromage blanc + sucre	Friand Colombo de porc * Patate douce au four Fromage Yaourt BIO + sucre	Lentilles vinaigrette Filet de saumon au beurre et citron, haricots verts Fromage Fruit	Asperges sauce mousseline Boudin au four Poêlée gourmande Fromage Dessert

Le « Menu des Chefs », proposé mardi 10 avril, est cuisiné par les Chefs de la cuisine centrale et du restaurant Le Moulin à Saint Laurent d'Aigouze.

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc
* Produits issus de la production locale

● **Salade Chinoise** : salade iceberg, soja, carottes râpées, cacahuètes concassées ● **Salade Niçoise** : salade verte *, tomates, pommes de terre, miettes de thon, vinaigrette huile d'olive ● **Salade Grecque** : tomates, salade verte *, fêta, jus de citron, huile d'olive ● **Salade Caraïbe** : tomates, avocat, maïs, surimi, mayonnaise

Ma cuisine a du goût !

Les menus du portage de repas à domicile sont composés par la diététicienne de la cuisine centrale, Marie-Hélène Gozioso :

Des menus équilibrés et variés

Fruits et légumes de saison, viande, poisson ou œufs, laitage ou fromage

Des produits de qualité

Produits issus de l'agriculture biologique, absence d'OGM, faibles additifs alimentaires, apport nutritionnel de qualité, traçabilité des viandes...

Commandez vos repas auprès du CCAS de votre commune :

- Aigues-Mortes, CCAS : 04 66 53 62 00
- Le Grau du Roi, CCAS : 06 30 22 07 37

L'équipe de la cuisine centrale se réserve le droit de modifier les menus en cas de problème d'approvisionnement.

Pour toutes remarques et suggestions, contactez-nous à :
cuisine.centrale@terredecamargue.fr
ou par téléphone au 04 66 53 29 43

Le menu des repas à domicile

Avril 2018

