

Le menu des repas à domicile

Janvier 2018

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

8 janvier

9 janvier

10 janvier

11 janvier

12 janvier

13 janvier

Poireaux vinaigrette Poisson meunière Poêlée ratatouille Fromage Couronne briochée	Radis-beurre Navarin d'agneau Polenta Fromage Fromage frais aux fruits	Pamplemousse Cuisse de poule sauce suprême Printanière, fromage Crème vanille	Salade verte Rôti de porc aux champignons *, pommes sautées, fromage Yaourt nature BIO + sucre	Mousse de canard Brochette de dinde au jus Haricots beurrés Fromage BIO Fruit	Chou rouge vinaigrette Gigot d'agneau sauce à l'ail, flageolets Fromage Dessert
--	--	---	---	--	---

15 janvier

16 janvier

17 janvier

18 janvier

19 janvier

20 janvier

Taboulé Pépites de poisson pané Petits pois au jus Fromage Banane BIO	Salade « cow-boy » ● Boules d'agneau à l'Italienne, semoule BIO Fromage Flan nappé caramel	Potage de légumes Bœuf à la Provençale Pommes vapeur Fromage Fruit	Mélange Coleslaw Pâte à la Carbonara * + râpé Fromage Yaourt aux fruits mixés	Pizza Omelette Gratin de courgettes Fromage Salade de fruits	Salade de museau * Langue de bœuf sauce piquante, salsifis persillés Fromage Dessert
--	---	--	---	--	--

22 janvier

23 janvier

24 janvier

25 janvier

26 janvier

27 janvier

Feuilleté Hot-dog Wings Gratin de chou-fleur Fromage Viennois chocolat	Œufs durs "mimosa" Hachis Parmentier « maison » Fromage Fruit BIO	Assiette du jardinier ● Seiches à l'Américaine Blé Fromage Pomme au four	Carottes râpées Saucisse * Haricots blancs à la tomate Fromage Fromage blanc + sucre	Salade verte + croûtons Pot-au-feu (légumes et pommes de terre), fromage Dessert	Potage potiron-carottes Raie au beurre blanc Rôsti de légumes Fromage Dessert
--	--	--	--	--	---

29 janvier

30 janvier

31 janvier

1^{er} février

2 février

3 février

Pois chiches vinaigrette Nuggets Haricots verts Fromage BIO Fruit	Salade Niçoise ● Blanquette de veau Riz BIO Fromage Mousse chocolat	Betteraves vinaigrette Cuisse de pintade Beignets de légumes Fromage Fruits au sirop	Melon d'hiver Tartiflette * Pommes de terre Yaourt nature + sucre Compote BIO , biscuit	Salade Iceberg dès de fromage, filet de poisson sauce aux épices, carottes au beurre, fromage Mini-crêpes, pâte à tartiner	Salade d'endives Boudin * Pomme et pommes sautées Fromage, dessert
--	--	--	--	--	--

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Salade Cow-boy** : salade verte, tomates, mais, croûtons, vinaigrette

● **Assiette du jardinier** : champignons, tomates, mais

● **Salade « Niçoise »** : salade verte, haricots verts, tomate, œuf dur, anchois, vinaigrette huile d'olive

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

Janvier 2018



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

Le Phare de la Méditerranée
LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE