

Le menu des repas à domicile

Juillet 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
2 juillet	3 juillet	4 juillet	5 juillet	6 juillet	7 juillet
Haricots blancs + oignons doux vinaigrette Poulet à l'Italienne Beignets de courgettes Fromage, fruit	Salade Niçoise ● Filet de poisson aux épices Purée de carottes Fromage Crème dessert vanille BIO	Betteraves Sauté d'agneau Boullgour Fromage Fruit	Charcuterie * Poulet rôti Flan de légumes du soleil Fromage Banane BIO	Céleris remoulade Rosbeef + ketchup Petits pois Fromage, petits beurre fromage blanc + sucre	Soupe de poisson Rognons * sauce Madère Navets au beurre Fromage Dessert
9 juillet	10 juillet	11 juillet	12 juillet	13 juillet	FERIE 14 juillet
Taboulé Rôti de porc * Ratatouille Fromage Fruit	Pois chiches - tomates Cordons bleus Haricots beurrés Fromage, yaourt brassé nature + sucre	Pastèque Brochettes de dinde au jus Riz BIO Fromage Carré abricot	Feuilleté Hot-dog Moussaka "maison" Fromage Salade de fruits	Salade verte à la Grecque ●, steak de requin beurre-citron, Purée, fromage Fromage blanc aux fruits	Pâté en croûte * Tranche de gigot d'agneau, printanière de légumes Fromage, dessert
16 juillet	17 juillet	18 juillet	19 juillet	20 juillet	22 juillet
Melon Pâtes à la Bolognaise + râpé Fromage Mousse chocolat	Concombres vinaigrette Escalope Viennoise Chou-fleur BIO sauté Fromage Tropézienne	Pizza Aïoli de poisson Pommes de terre et carottes Fromage Fruit	Tomates vinaigrette Brochettes de porc sauce aigre douce * Riz cantonnais, fromage Yaourt aux fruits mixés	Lentilles vinaigrette Rôti de veau à la crème d'ail, crumble de légumes d'été ● Fromage BIO, fruit	Macédoine mayonnaise Coq au vin Poêlée Campagnarde Fromage Dessert
23 juillet	24 juillet	25 juillet	26 juillet	27 juillet	28 juillet
Œufs durs + doses mayo. Sot l'y laisse de poulet sauté, rôsti de légumes Fromage BIO fruit	Carottes râpées Gardianne de taureau Pâtes Fromage Viennois chocolat	Pêches au thon Galette sarrasin * Haricots verts persillés Fromage Compote BIO	Salade Napolitaine ● Gratin de poisson Carottes BIO sautées Fromage Dessert	- Paëlla (poulet, seiches, gambas) Fromage, Yaourt nature BIO + sucre, fruit	Tarte salée Andouillette * Purée de céleris Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Salade à la Grecque** : salade verte, féta, olives noires, vinaigrette huile d'olive ● **Crumble de légumes d'été** : courgettes, tomates, oignons, crumble de parmesan gratiné au four ● **Salade "Niçoise"** : salade verte, haricots verts, tomate, œuf dur, anchois, vinaigrette huile d'olive ● **Salade "Napolitaine"** : Pâtes farfales, tomates, concombre ; mozzarella, vinaigrette basalmique

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 :

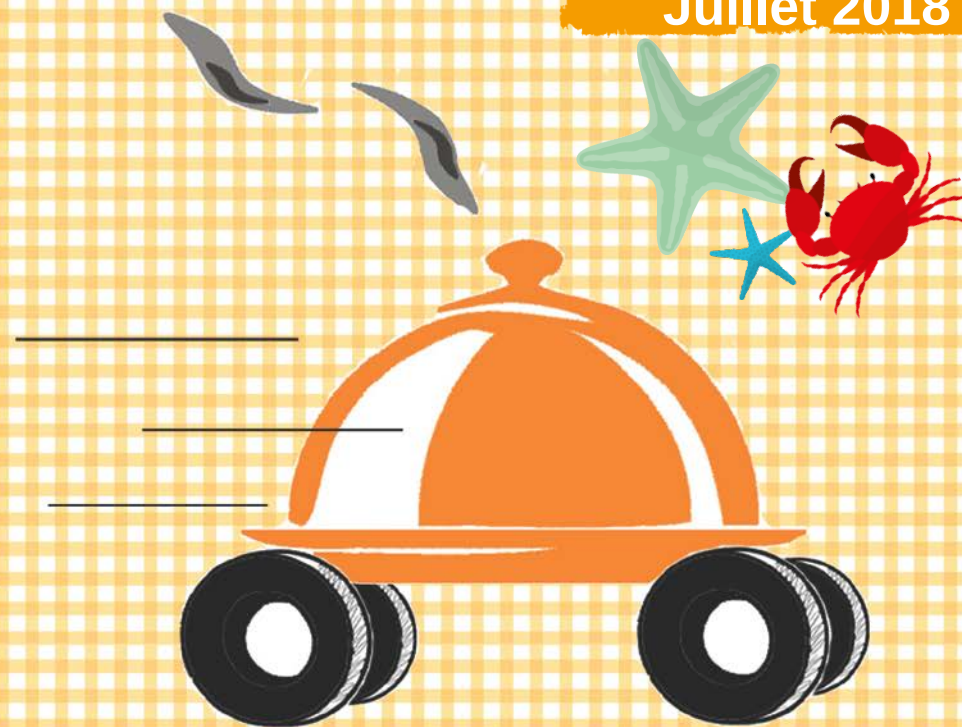
- Aigues-Mortes, CCAS : 04 66 53 62 00
- Le Grau du Roi, CCAS : 06 30 22 07 37

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

Juillet 2018



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE