

Le menu des repas à domicile

Juin 2017

Lundi 29 mai	Mardi 30 mai	Mercredi 31 mai	Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3
Betteraves vinaigrette Beaufilet de colin pané aux cornflakes, purée Fromage Fruit de saison	Salade verte Bœuf à l'italienne Pâtes BIO + râpé Fromage, yaourt aux fruits mixés BIO	Melon Brochette de volaille Tian de légumes Fromage Beignet aux pommes	Crêpe au fromage Rôti de porc * Carottes BIO au beurre Fromage Fraises chantilly	Salade de blé "sombbrero" ● Sauté de pintade aux olives Pommes Dauphines Fromage Fromage blanc + sucre	Duo de charcuterie * Omelette pommes de terre/oignons Salade frisée Fromage, dessert
5	6	7	8	9	10
Houmous ● + croûtons Truite aux amandes Courgettes fraîches sautées Fromage Dessert	Pâté coupelle Lasagnes - Fromage Compote BIO	Pizza Poisson pané + citron Chou-fleur BIO en gratin Fromage Banane BIO	Salade verte Saucisse * Haricots blancs façon cassoulet, fromage Yaourt aux fruits	Taboulé + tomates Rosbeef + moutarde Ratatouille Fromage Crème dessert	Salade de la mer ● Foie persillé Tomates à la provençale Fromage Dessert
12	13	14	15	16	17
Radis-beurre Filet de poisson sauce Normande Printanière de légumes Fromage, flan caramel BIO	Œufs durs au thon Spaghettis Bolognaise + râpé Fromage Pastèque	Tomates-mozzarella-basilic Moussaka "maison" - Fromage Tarte aux pommes	Carottes râpées Sauté de porc * Gnocchis Fromage BIO Pêches au sirop	Salade "Cow-boy" Wings Haricots beurrés Fromage Mousse chocolat	Tarte salée Caille rôtie Artichauts à la Barigoule Fromage Dessert
19	20	21	22	23	24
Pamplemousse Couscous (agneau-merguez) Fromage BIO Yaourt brassé nat. + sucre	Salade « Sicilienne » ● Nuggets de poulet Carottes bâtonnets sautées, fromage Dessert	Assiette du jardinier Seiche à la Portugaise Riz Fromage Fruit de saison	Charcuterie * Œufs durs Epinards à la crème Fromage BIO Salade de fruits frais	Concombres vinaigrette Sauté de veau * Polenta Fromage Flan chocolat	Poireaux vinaigrette Lapin à la moutarde Poêlée de légumes Fromage Dessert
26	27	28	29	30	1 ^{er} juillet
Lentilles vinaigrette Cordon bleu Haricots verts au beurre Fromage Fruit de saison	Macédoine mayo. Cubes de poisson aux petits légumes, pâtes Fromage Yaourt BIO vanille	Tomates cerises Rôti de veau aux champignons Pommes sautées, fromage Fromage frais aux fruits	Friand au fromage Brochettes de porc * Petits pois BIO Fromage Fruit de saison	Salade verte + dès de fromage, boules au bœuf au curry, beignets de courgettes, fromage Compote + biscuit	Terrine de poisson et coulis tomate Légumes farcis "maison" * Semoule Fromage + dessert

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

Juin 2017



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE