

# Le menu des repas à domicile

Novembre 2018

Lundi

29 octobre

Feuilleté Hot-dog  
Wings de poulet  
Crumble de potiron  
Fromage  
Fruit

Mardi

30 octobre

Melon d'hiver  
Seiches à la Sétoise  
Riz  
Fromage  
Crème vanille

Mercredi

31 octobre

Bouillon de pâtes  
Pot-au-feu (Pommes de  
terre/légumes)  
Fromage  
Fromage blanc + sucre

Jeudi

FERIE 1<sup>er</sup> novembre

Salade gourmande \*  
Cuisse de canette  
Pommes noisettes  
Fromage  
Pâtisserie

Vendredi

2 novembre

Pépites pois-chiches et maïs  
Civet de sot  
l'y laisse de dinde  
Haricots beurrés  
Fromage, ananas frais

Samedi

3 novembre

Céleris mayonnaise  
Foie au vinaigre  
Balsamique  
Poêlée de légumes  
Fromage, dessert

5 novembre

Salade Sicilienne ●  
Nuggets  
Poêlée ratatouille  
Fromage  
Yaourt vanille **BIO**

6 novembre

Friand au fromage  
Omelette  
Gratin de courgettes  
Fromage  
Fruit

7 novembre

Crudités variées  
Veau Marengo  
Semoule  
Fromage  
Beignet

8 novembre

Salade Iceberg  
Tartiflette \*  
  
Fromage  
Yaourt aux fruits

9 novembre

Mousse de canard  
Poisson à la Bordelaise  
Pâtes au beurre  
Fromage  
Salade de fruits frais

10 novembre

Potage poireaux-  
pommes de terre  
Civet de lapin  
Endives braisées  
Fromage, dessert

12 novembre

Carottes râpées  
Filet de poisson  
sauce Dieppoise, riz **BIO**  
Fromage  
Crème choco-noisette

13 novembre

Chou rouge vinaigrette  
Cuisse de poulet  
Beignets de légumes  
Fromage  
Banane **BIO**

14 novembre

Velouté potiron  
Rosbeef aux champignons  
Pommes dauphines  
Fromage  
Flan caramel

15 novembre

Salade verte+  
dés de fromage  
Sauté de porc \*  
à la moutarde, lentilles  
Fromage, tarte Normande

16 novembre

Betteraves cubes **BIO**  
Escalope Viennoise  
Carottes sautées  
Fromage **BIO**  
Fruit

17 novembre

Macédoine + mayonnaise  
Côte de porc au jus \*  
Choux de Bruxelles  
Fromage  
Dessert

19 novembre

Taboulé  
Emincé de volaille à la  
crème, haricots verts  
Fromage  
Fruit

20 novembre

Radis-beurre  
Bœuf "Strogonoff"  
Coquillettes + râpé  
Fromage  
Compote **BIO**

21 novembre

Pamplemousse  
Pavé de saumon au  
beurre et citron, Ebly  
Fromage  
Yaourt aux fruits mixés **BIO**

22 novembre

Salade Grecque ●  
Saucisse \*  
Purée  
Fromage **BIO**  
Dessert

23 novembre

Pizza  
Cordon bleu  
Petits pois au beurre  
Fromage  
Fruit

24 novembre

Croisillon Dubarry  
Bourride de saumonette  
Pommes vapeur  
Fromage  
Dessert

26 novembre

Salade Coleslaw  
Poisson pané  
+ citron, chou-fleur et  
pommes de terre en gratin  
Fromage, fruit

27 novembre

Œufs durs + mayo  
Boul'beef à la tomate  
Polenta gratinée  
Fromage  
Poires au sirop

28 novembre

Endives  
Sauté d'agneau à la  
Provençale, printanière  
de légumes  
Fromage, yaourt à boire

29 novembre

Potage de légumes  
Galette sarrasin  
jambon-fromage \*  
Salade verte, Fromage  
Petit suisse aux fruits

30 novembre

Chou-fleur **BIO** vinaigrette  
Brochette de dinde aux  
oignons, rösti de légumes  
Fromage  
Liégeois **BIO**

1<sup>er</sup> décembre

Tarte salée  
Cervelas Obernois \*  
Epinards au beurre  
Fromage  
Fruit

**BIO** : Agriculture biologique



\* Préparation contenant du porc

● **Salade verte Sicilienne** : pâtes farfalles, tomates, petits-pois surgelés, mozzarella, vinaigrette balsamique ● **Salade Grecque** : salade verte, féta, olives noires, 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](mailto:cuisine.centrale@terredecamargue.fr)

ou par téléphone au 04 66 53 29 43

# Le menu des repas à domicile

Novembre 2018



Communauté  
de communes  
Terre de CAMARGUE  
[www.terredecamargue.fr](http://www.terredecamargue.fr)

aigues-mortes  
Le Sel de la Vie

Le Pire de la Méditerranée  
LE GRAU  
DU ROI  
PORT CAMARGUE