

Le menu des repas à domicile

Août 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
5	6	7	8	9	10
Mosaïque de tomates au basilic Cuisse de poulet rôti Pommes sautées, fromage Fromage blanc au fruit	Salade verte Filet de poisson aux épices Purée de carottes Fromage BIO Pâtisserie	Betteraves BIO Boulettes d'agneau à l'Orientale Semoule Fromage, fruit	Tarte salée Brochettes de porc à la Provençale * Petit-pois au beurre Fromage, banane BIO	Melon Emincé de bœuf à l'Andalouse Pâtes, fromage Yaourt nature BIO + sucre	Soupe froide à la tomate Poisson au four Cœurs de fenouil braisés Fromage Dessert
12	13	14	15	16	17
Pois chiche - tomates Rôti de porc * Poêlée ratatouille, fromage Yaourt brassé nature + sucre	- Paëlla (Poulet-seiches-gambas) Fromage Fruit BIO	Taboulé Cordon bleu Haricots verts BIO Fromage Fruit	Salade Marco-Polo ● Tranches de gigot d'agneau Tomates Provençales Fromage, dessert	Salade verte à la Grecque ● Pavé de saumon sauce Tartare, pommes vapeur Fromage, Yaourt vanille	Macédoine mayonnaise Légumes farcis * Semoule Fromage Dessert
19	Journée des Iles 20		21	22	23
24					
Feuilleté au fromage Rosbeef + moutarde Courgettes sautées au thym Fromage BIO , fruit	Tomates Caraïbes Rougail saucisse * Riz Basmati Fromage Salade de fruits Exotique	Œufs durs mimosa Sauté de poulet Pâtes BIO Fromage Fruit	Salade Napolitaine ● Gratin de poisson Carottes BIO au beurre Fromage Dessert	Concombres vinaigrette Wings de poulet, Aubergines à la tomate Fromage, crème chocolat BIO + biscuit	Salade Niçoise ● Andouillette * Pommes sautées Fromage Dessert
26	27	28	29	30	31
Melon Pâtes à la Bolognaise + râpé Fromage Fromage blanc + sucre	Tomates vinaigrette Rôti de veau aux oignons BIO , chou-fleur BIO sauté Fromage Pâtisserie	Pizza Aïoli de poisson Pommes de terre/carottes Fromage Fruit	Carottes râpées Brochettes de poulet Yakitori Riz cantonais Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO	Lentilles vinaigrette Chipolatas * Crumble de légumes d'été Fromage BIO Fruit	Charcuterie * Coq au vin Poêlée Campagnarde Fromage Dessert

● **Salade Marco Polo** : Pâtes (penne), surimi, poivrons, sauce cocktail ● **Salade Grecque** : salade verte, féta, olives noires, vinaigrette huile d'olive ● **Tomate Caraïbes** : tomate, surimi, aromates, mayonnaise ● **Salade Napolitaine** : pâtes farfales, tomates, concombre, mozzarella, vinaigrette balsamique ● **Salade Niçoise** : salade verte, haricots verts, tomate, œuf dur, anchois, vinaigrette huile d'olive

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

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 :

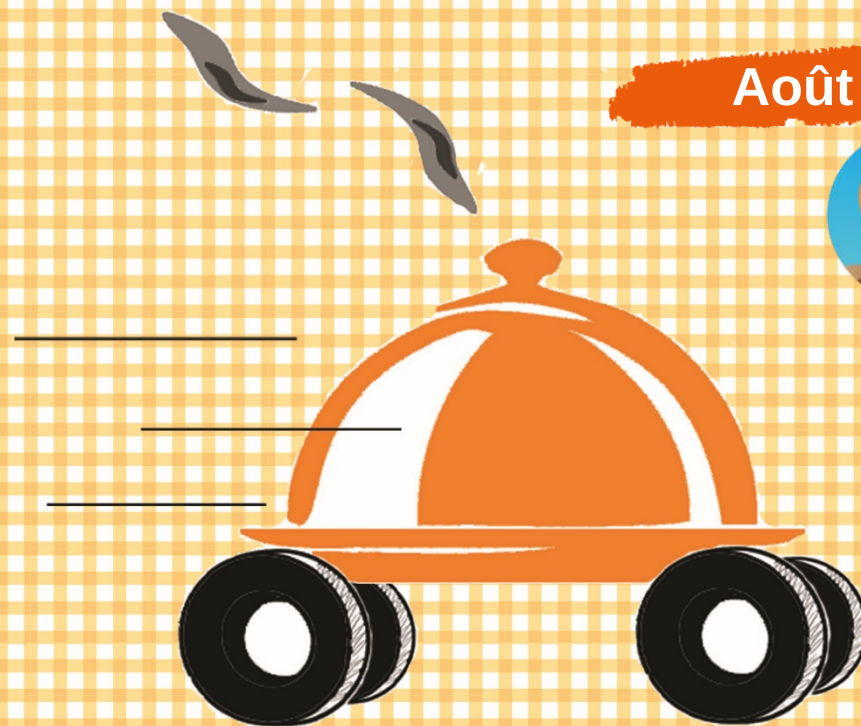
- Aigues-Mortes, CCAS : 04 66 53 62 00
- Le Grau du Roi, CCAS : 06 30 22 07 37

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

Août 2019



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