

Le menu des repas à domicile

Novembre 2019

Lundi 28 octobre	Mardi 29 octobre	Mercredi 30 octobre	Jeudi 31 octobre	Vendredi FERIE 1 ^{er} novembre	Samedi 2 novembre
Feuilleté Hot-dog Civet de sot l'y laisse de dinde, purée de potiron Fromage Fruit	Salade verte Seiches à la Sétoise Blé Fromage Crème chocolat BIO	Bouillon de pâtes Pot-au-feu (Pommes de terre/légumes) Fromage Fromage frais aux fruits	Salade de riz Niçoise ● Cervelas Obernois * Haricots beurrés Fromage Ananas frais + biscuit BIO	Salade gourmande ●* Tranches de gigot d'agneau, flageolets au jus Fromage Pâtisserie	Pâté en croûte* Foie de veau au vinaigre de cidre Poêlée de légumes Fromage, dessert
4 novembre	5 novembre	6 novembre	7 novembre	8 novembre	9 novembre
Mousse de canard Lasagnes Fromage Fruits au sirop	Carottes râpées Quenelles sauce aurore Boulgour BIO lentilles BIO Fromage Crème dessert BIO	Céleris mayonnaise Blanquette de veau * Printanière de légumes Fromage Yaourt nature brassé+ sucre	Salade Iceberg Tartiflette *(pommes de terre, oignons, dés de jambon, lardons) Fromage, dessert	Œufs durs + mayo. Poisson à la Bordelaise Gratin de chou-fleur Fromage BIO Banane	Croisillon Dubarry Lapin "Chasseur"* Endives braisées Fromage Dessert
FERIE 11 novembre	12 novembre	13 novembre	14 novembre	JOURNEE BIO 15	16 novembre
Quiche Lorraine * Filet de poisson sauce crustacés, riz Basmati Fromage Dessert	Melon d'hiver Omelette Beignets de légumes Fromage Fromage blanc + sucre	Crudités variées Rosbeef aux oignons doux Rösti de légumes Fromage Flan caramel BIO	Salade verte+ dés de fromage Sauté de porc* à la moutarde, purée, fromage Tarte Normande	Betteraves cubes BIO Cuisse de poulet BIO Haricots verts BIO Fromage BIO Pomme BIO	Pamplemousse Côte de porc au jus * Choux de Bruxelles Fromage Dessert
18 novembre	19 novembre	20 novembre	21 novembre	22 novembre	23 novembre
Pizza Sauté de volaille à la crème, petits pois au beurre, fromage BIO Fruit	Radis-beurre Bœuf "Strogonoff" Coquillettes BIO + râpé Fromage Compote BIO	Jambon à la Russe ● Saumonette à la tomate Semoule Fromage Mousse au chocolat	Salade Grecque ● Saucisse * Gratin de courgettes Fromage Yaourt vanille	Chou rouge en vinaigrette Escalope Viennoise Poêlée de légumes Fromage BIO Fruit	Potage aux champignons Filet de saumon beurre et citron, tagliatelles Fromage Dessert
25 novembre	26 novembre	27 novembre	28 novembre	29 novembre	30 novembre
Taboulé Œufs durs Crumble de potiron Fromage Fruit	Mélange de Coleslaw Boulette au bœuf sauce Carbonade, Polenta gratinée, Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO	Endives Sauté d'agneau à la Provençale Riz Fromage, dessert	Salade Cow-boy Galette sarrasin jambon-fromage * Gratin de choux bicolores Fromage, tarte au flan	Potage de légumes Poisson pané +citron Carottes BIO sautées Fromage BIO Salade de fruits frais	Tarte salée Andouillette grillée * Epinards à la crème Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Salade de riz Niçoise** : riz, thon, tomates, olives noires, vinaigrette ● **Salade Gourmande** : frisée, tomates, noix, jambon cru*, vinaigrette balsamique

● **Salade Grecque** : salade verte, féta, olives noires, vinaigrette huile d'olive ● **Jambon à la Russe** : jambon blanc, macédoine et mayonnaise

* **ORIGINE DES VIANDES** : communiquée aux restaurants scolaires le jour de consommation sur le document « Liste des allergènes »

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

Novembre 2019



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

Le Pays de la Méditerranée
LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE