

# Le menu des repas à domicile

Avril 2020

Lundi 30/03	Mardi 31/03	Mercredi 1	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4
Lentilles <b>BIO</b> vinaigrette Cubes de poisson pané aux céréales Haricots verts <b>BIO</b> Fromage, poires au sirop	Salade verte +dès de fromage, choucroute (Chou/pommes de terre) Fromage Mousse chocolat	Œuf Mimosa Poulet rôti Petits pois au jus Fromage Fruit	Velouté carottes - pois chiches Rôti de porc *, ratatouille Yaourt aux fruits mixés <b>BIO</b> Fruit	Pomelos <b>Blanquette de dinde *</b> Riz <b>BIO</b> Fromage Dessert	Salade d'endives et noix Boudin * Epinards à la crème Fromage Dessert
6	7	8	9	10	11
Céleris mayo. Couscous au poulet Légumes / semoule Fromage Dessert	Salade tomates basilic Bœuf Provençale Patate douce au four Fromage Banane <b>BIO</b>	Duo de crudités mayo. Seiches à la tomate Mélange 5 céréales Fromage Yaourt vanille	Salade verte Saucisse * Purée Fromage Flan Caramel <b>BIO</b>	Crêpe au fromage Œufs durs Gratin de courgettes Fromage <b>BIO</b> Fruit	Velouté champignons Brochette de poulet marinée sauce soja Tagliatelles Fromage/ Pâtisserie
FERIE 13	14	15	16	17	18
Tomates surprise Gigot d'agneau Flageolets Fromage Ile flottante <b>BIO</b>	Betteraves <b>BIO</b> Omelette Tempura de légumes Fromage Fruits au sirop	Salade Africaine ● Yassa au poulet Riz <b>BIO</b> Fromage Tarte noix de coco-choco.	Jambon * - beurre Poisson à la Bordelaise Pommes Dauphines Fromage Salade de fruits	Carottes râpées - mais Cordon bleu + citron Rôtis de chou-fleur Fromage Fromage frais aux fruits	Asperges vinaigrette Rouille Graulenne (Poules- pommes de terre) Fromage Dessert
20	21	22	23	24	25
Pizza Poisson pané + citron Haricots beurrés sautés Fromage <b>BIO</b> Fruit	Salade Cow-boy Quenelle, quinoa gourmand <b>BIO</b> lentilles <b>BIO</b> Fromage Crème dessert <b>BIO</b> vanille	Macédoine mayonnaise Emincé de volaille à la moutarde, polenta Fromage blanc + sucre Fruit	Taboulé Brochettes de porc * Beignets de courgettes Fromage <b>BIO</b> Fruit	Salade de pâtes <b>Sauté d'agneau *</b> à la Provençale Printanière de légumes Fromage, fruit <b>BIO</b>	Poireaux vinaigrette Cervelas Obernois * au four Purée de céleri Fromage Dessert
27	28	29	30	FERIE 1 <sup>er</sup> mai	2 mai
Betteraves <b>BIO</b> vinaigrette Nuggets de blé + ketchup Riz Cantonais (sans viande) Fromage Yaourt nature <b>BIO</b>	Charcuterie * Filet de poisson au citron Purée de carottes Fromage Fruit <b>BIO</b>	Crudités variées Macaronade de bœuf d'Aubrac, pâtes + râpé Fromage Compote	Pois-chiches en salade Rôti de porc * Gratin de chou-fleur Fromage Fruit	Salade Gourmande Coquelet aux écrevisses Risotto aux champignons Fromage Pâtisserie	Duo de charcuterie * Marmite du pêcheur Pommes vapeur 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

**EN RAISON DE LA SITUATION ACTUELLE,  
LES MENUS SONT SUSCEPTIBLES D'ÊTRE MODIFIÉS.**

**Merci pour votre compréhension**

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

Avril 2020



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

  
aigues-mortes  
Le Sel de la Vie

  
LE GRAU  
DU ROI  
PORT CAMARGUE