

Le menu des repas à domicile

Juin 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
FERIE 1^{er} juin	2 juin	3 juin	4 juin	5 juin	6 juin
Œufs Mimosa Lasagnes saumon-épinards « maison » Fromage BIO Brownie chocolat	Tomates cerises Omelette Beignets de légumes Fromage Compote	Jambon cru * beurre, cornichon Pépites de poisson pané Printanière de légumes Fromage, liégeois chocolat	Crêpes au fromage Brochette de porc * marinée Haricots verts BIO au beurre, fromage Yaourt brassé nature+sucre	Poireaux vinaigrette Cuisse de poulet rôti Petits pois Fromage Crème vanille BIO	Salade de blé Sombbrero ● Foie persillé Champignons sautés Fromage Dessert
8 juin	9 juin	10 juin	11 juin	12 juin	13 juin
Betteraves BIO vinaigrette Wings de poulet Carottes BIO sautées Fromage Banane	Radis-beurre Bœuf à l'italienne Polenta Fromage Pêches au sirop	Haricots verts BIO en vinaigrette, paupiettes de veau aux champignons Coquillettes + râpé Fromage, fruit	Potage de légumes, saucisse * Chou-fleur en gratin BIO Fromage BIO Tarte aux pommes	Salade Cow-boy Gratin de poisson Quinoa gourmand Fromage Yaourt aux fruits	Salade de la mer ● Civet de manchons de canard, courgettes sautées au thym Fromage, dessert
15 juin	16 juin	17 juin	18 juin	19 juin	20 juin
Melon Blanquette de veau* Riz BIO Fromage Fromage blanc + sucre	Salade verte Cabillaud en aïoli Pommes de terre, carottes Fromage Fruit	Salade de pépinettes ● Escalope Viennoise Tomates Provençales Fromage Flan caramel BIO	Pizza Parfait de porc * Lentilles à la moutarde Fromage Fraises + chantilly	Duo de bâtonnets carottes - concombre sauce anchoïade, sauté de poulet au curry, pâtes BIO Fromage, compote BIO	Pâtisserie salée Légumes farcis "maison" * Semoule Fromage Dessert
22 juin	23 juin	24 juin	25 juin	26 juin	27 juin
Salade Grecque ● Filet de poisson Sauce Normande Blé (Ebly) Fromage, dessert	Taboulé Nuggets de poulet Haricots beurrés Fromage Fruit	Tomates-mozzarella Moussaka "maison" Fromage Crêpe au sucre	Macédoine mayonnaise Rôti de porc * Purée de potiron Fromage BIO Fruit	Salade Iceberg Navarin d'agneau Rôsti de légumes Fromage Yaourt à la vanille	Artichaut vinaigrette Daurade au four Pommes de terre sautées Fromage Dessert
29 juin	30 juin	1^{er} juillet	2 juillet	3 juillet	4 juillet
Pois chiches vinaigrette Cordon bleu Courgettes à la crème Fromage Fruit	Tomate surprise au thon Cubes de poisson aux petits légumes Spaghetti BIO Fromage, fruit	Carottes râpées Merguez à la tomate Gnocchis BIO Fromage Yaourt BIO nature + sucre	Charcuterie * Poulet au thym Flan de légumes Fromage Banane BIO	Salade verte + dès de fromage, rosbeef sauce Tartare, Carottes BIO au beurre, fromage Compote, beignet	Houmous + croûtons Lapin aux poivrons Poêlée de légumes 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 2020

