

Le menu des repas à domicile

Décembre 2020

Lundi 30/11	Mardi 1 ^{er}	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Samedi 5
Pizza Pot au feu Légumes et pommes de terre Fromage BIO , fruit BIO	Salade de blé au thon ● Bouchée camembert Purée de potiron Yaourt nature BIO + sucre Banane BIO	Velouté carottes - curry Brochette de dinde Riz Cantonais "maison" Fromage Fromage blanc + sucre	Salade verte + maïs + olives noires Pâtes Carbonara * (jambon-lardons) Fromage, Yaourt vanille	Betteraves vinaigrette Poisson ludique Haricots verts BIO au beurre Fromage BIO Fruit	Pamplemousse + sucre Saumonette en bourride Pommes vapeur Fromage Dessert
7	8	9	10	11	12
Pois chiches Foie poêlé, gratin de chou- fleur + pommes de terre Fromage Crème chocolat BIO	Salade Cow-boy ● Daube de bœuf* Pâtes BIO + emmental râpé Fromage Yaourt brassé nature+ sucre	Poireaux vinaigrette Cuisse de poule à la crème, beignets de légumes Fromage, fruit BIO	Salade endives et cantal Rôti de porc * Haricots blancs façon cassoulet Fromage, maestro vanille	Potage à la citrouille Poisson pané Petits pois Fromage BIO Salade de fruits + biscuit	Salade Lyonnaise *● Civet de coq Endives braisées Fromage Dessert
14	15	16	Repas de Noël 17	18	19
Melon d'hiver Gratin poisson à la tomate Gnocchis BIO Fromage Fromage frais aux fruits	Salade Niçoise ● Sauté de veau* BIO Printanière Fromage Flan caramel BIO	Taboulé Escalope Viennoise Carottes BIO au beurre Fromage BIO Fruit BIO	Tourte au ris de veau * Tomates cerise - salade Filet mignon * à la crème de noisettes Mini gratin Dauphinois et fagot de haricots verts Fromage, bûchette pâtissière, mandarine, papillotes	Carottes râpées + œuf dur Paupiette de veau à l'Italienne Pâtes BIO Fromage Crêpe au sucre	Salade mâche Saucisse fumée * Brocolis Fromage Dessert

● **Salade de blé au thon** : blé, thon, petits pois, maïs, haricots rouges, oignons, poivrons, olives noires, vinaigrette huile d'olive ● **Salade Cow-boy** : salade verte, maïs, croûtons, tomates, vinaigrette ● **Salade Lyonnaise*** : pommes de terre, museau de porc, vinaigrette persillée ● **Salade Niçoise** : salade verte, haricots verts, tomate, anchois, vinaigrette huile d'olive

ORIGINE DES VIANDES : Communiquée aux restaurants scolaires le jour de consommation sur le document "Liste des allergènes"

* Préparation contenant du porc **BIO** : Agriculture biologique



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

Décembre 2020



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
Le PORT CAMARGUE