

Menu Repas à domicile – du 21 juin au 17 juill. 2021

Lundi 21 juin	Mardi 22 juin	Mercredi 23 juin	Jeudi 24 juin	Vendredi 25 juin	Samedi 26 juin
Macédoine mayonnaise Pavé de saumon Beurre - citron Boulgour BIO Fromage Fruit	Melon Omelette Purée de carottes Fromage BIO Baba chantilly	Radis - beurre Cordon bleu Epinards à la crème Fromage Fromage frais aux fruits	Salade Marco Polo Rôti de porc Haricots verts BIO Fromage Fruit	Tomates - mozzarella IGP Veau Marengo VF Pommes vapeur Fromage Yaourt vanille	Salade Coleslaw Coquelet rôti VF Aubergines à la tomate Fromage Dessert
28 juin	29 juin	30 juin	1 ^{er} juillet	2 juillet	3 juillet
Pois-chiches Stick mozza Poêlée ratatouille Yaourt aux fruits mixés BIO Fruit	Carottes râpées Boul'beef à la tomate Gnocchis BIO Fromage Fromage blanc + sucre	Taboulé + tomates Poulet au thym VF Flan de courgettes Fromage Crème chocolat BIO	Charcuterie Cubes de poisson aux petits légumes Spaghetti Fromage Fruit BIO	Salade verte + dès de fromage Rosbeef VF sauce Tartare Carottes BIO au beurre Fromage Compote BIO + biscuit	Escargots de mer et aïoli Côte de porc VF à la moutarde Légumes braisées Fromage Dessert
5 juillet	6 juillet	7 juillet	8 juillet	9 juillet	10 juillet
Crêpe à l'emmental Cuisse de poulet rôti BIO Petits pois au beurre Fromage Viennois vanille	Houmous + croûtons Filet de limande Tomates Provençales Fromage Dessert	Betteraves BIO Sauté de mouton BIO à l'Orientale VF Polenta Fromage Fruit	Concombres vinaigrette Cabillaud en bourride Pommes de terre et carottes Fromage BIO Ananas	Salade Cow-boy Moussaka (bœuf) VF Fromage Yaourt BIO nature + sucre	Artichaut vinaigrette Rognons de veau en persillade Courgettes sautées Fromage Pâtisserie
12 juillet	13 juillet	14 juillet	15 juillet	16 juillet	17 juillet
Pastèque BIO Emincé de poulet à l'Asiatique VF Rôsti de légumes Fromage Flan caramel BIO	Œufs durs + mayonnaise Légumes farcis VF Semoule Fromage Fruit	Pêches au thon Gigot d'agneau Flageolets Fromage Pâtisserie	Salade verte à la Grecque Paëlla (Poulet-seiches-gambas) Fromage Dessert	Bouchée à la Reine Poisson pané + citron Poêlée Épeautre légumes grillés Fromage BIO Fruit	Salade de tomates au basilic Andouillette Poêlée Campagnarde Fromage Dessert

Salade Marco Polo : Pâtes (pene rigatte), saumon, poivrons, sauce crème fraîche ciboulette **Salade Coleslaw** : Chou blanc, carottes, oignons, sauce type mayonnaise **Salade Cow-boy** :
salade verte, croûtons, maïs, tomates, vinaigrette **Salade à la Grecque** : Salade verte, tomate, fêta, olives noires, vinaigrette huile d'olive



: Menu végétarien

VF : Viande et volaille Française

AOP : Appellation d'Origine Contrôlée



: Produit local



: Produit régional

BIO : Produit issu de l'agriculture
biologique



: Pêche durable (MSC)

IGP : Indication Géographique Protégée



: Cuisiné par nos chefs



: Préparation à base de 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 cuisinés avec des produits de qualité

Les produits utilisés sont garantis sans OGM par nos fournisseurs. Les fruits et légumes frais sont locaux et de saison. La majorité des viandes et volailles est d'origine française. Le poisson surgelé est issu de la pêche durable. Les laitages et les fromages sont le plus souvent bio.

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

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

