































# Menu Repas à domicile – du 28 novembre au 17 décembre 2022

Lundi 28 novembre	Mardi 29 novembre	Mercredi 30 novembre	Jeudi 1 <sup>er</sup> décembre	Vendredi 2 décembre	Samedi 3 décembre
Carottes râpées  Poisson pané  Haricots verts <b>BIO</b> au beurre Fromage <b>BIO</b> Banane <b>BIO</b>	Melon d'Hiver Paupiette veau à l'Italienne  Spaghettis & râpé Fromage Madeleine <b>BIO</b> & compote <b>BIO</b> à la vanille	Croque-fromage "maison"  Paleron à la tomate <b>VF</b>  Carottes <b>BIO</b> au beurre Fromage Fruit	Salade Cow-boy  Filet mignon <b>VF</b>  à l'ananas Semoule Fromage Fromage frais aux fruits	Bouillon de pâtes  Brochette Yakitori Beignets de légumes Fromage <b>BIO</b> Salade de fruits	Endives – œufs durs Brandade de morue  gratinée Fromage Dessert
5 décembre	6 décembre	7 décembre	8 décembre	9 décembre	10 décembre
Salade verte et olives  Nuggets de poulet Coquillettes & râpé  Fromage Fromage blanc & sucre	Betteraves <b>BIO</b> Daube de bœuf <b>BIO VF</b>  Printanière Fromage Fruit <b>BIO</b>	Pamplemousse & sucre Emincé de poulet  à la Mexicaine Riz Fromage <b>BIO</b> Flan caramel <b>BIO</b>	Potage citrouille  Cervelas Obernois  Petits pois Fromage Fruit <b>BIO</b>	Mélange Coleslaw Filet de cabillaud  sauce citron  Boulgour Fromage Yaourt aux fruits	Salade Aztèque Civet de coq <b>VF</b>  Endives braisées   Fromage Dessert
12 décembre	13 décembre	14 décembre	15 décembre	16 décembre	17 décembre
Macédoine & maïs  mayonnaise Gratin de poisson  à la tomate  Haricots beurrés Fromage Yaourt brassé nature & sucre	Salade verte & dès de  mimolette  Gardianne de taureau <b>BIO</b>   Riz Fromage Danette Liégeois chocolat	Poireaux vinaigrette   Wings Gratin de chou-fleur –  pommes de terre Fromage Fruit 	Pâté en croûte  & tomates cerise L'émincé de Noël <b>VF</b>  sauce Forestière Pommes noisette & fagot de haricots verts Fougasse d'Aigues-Mortes Papillotes - mandarine	Radis-beurre  Omelette nature Semoule & pois chiches  à la tomate  Fromage Crème vanille <b>BIO</b>	Salade pommes de terre  au thon Langue de bœuf  sauce piquante Cœurs de céleris Fromage Dessert

**Salade Aztèque** : Riz, poivrons, maïs, haricots rouges et blancs vinaigrette à la tomate pimentée **Salade Cow-boy** : Salade verte, croutons, maïs, tomates, vinaigrette

**Salade de pommes de terre** : Pommes de terre, œuf dur, thon, cornichons, mayonnaise



: 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](mailto:cuisine.centrale@terredecamargue.fr)

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

