

Menu Repas à domicile – du 29 avril au 25 mai 2024

Lundi 29 avril	Mardi 30 avril	Mercredi 1 ^{er} mai - FERIE	Jeudi 2 mai	Vendredi 3 mai	Samedi 4 mai
Pois-chiches Cuisse de pintade VF Poêlée ratatouille Fromage Banane BIO	Salade verte, dès de cantal et de jambon Escalope Viennoise Purée de pommes de terre BIO Fromage Crème chocolat BIO	Tomates à la Grecque Saumon à l'oseille Tagliatelles Fromage Dessert	Crêpe au fromage Rôti de porc VF Haricots verts BIO au beurre Fromage Fruit BIO	Asperges Daube de bœuf BIO Riz de Camargue IGP Fromage frais BIO nature & sucre Fruit	Potage crème de tomates Andouillette VF Purée de céleris Fromage Dessert
6 mai - FERIE	7 mai	8 mai - FERIE	9 mai - FERIE	10 mai	11 mai
Pizza Filet de colin sauce safranée Rôsti de légumes Fromage Fruit	Betteraves BIO Poulet rôti BIO Haricots beurrés BIO Fromage BIO Poire au sirop, caramel et spéculoos	Pamplemousse Caraïbe Rosbeef froid VF & moutarde Champignons à la crème Fromage Mousse chocolat BIO	Céleris rémoulade Encornets farcis Riz Fromage Dessert	Salade de museau Moussaka VF Fromage Dessert	Tarte salée Côte de porc VF Salades braisées Fromage Dessert
13 mai	14 mai	15 mai	16 mai	17 mai	18 mai
Tomates cerises et billes de mozzarella Poisson pané & citron BIO Gratin de courgettes et pommes de terre Fromage Compote BIO	Lentilles BIO & fromage Emincé de soja BIO sauce champignons Printanière Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO	Carottes râpées Paleron de bœuf VF à la moutarde Gnocchis BIO poêlés Fromage Salade de fruits	Taboulé Cervelas Obernois VF Gratin de chou-fleur Fromage Fruit	Œufs mimosa Wings de poulet VF Coquille BIO Fromage BIO Fruit	Haricots verts BIO vinaigrette Choucroute de la mer Pommes de terre, chou Fromage Dessert
20 mai - FERIE	21 mai	22 mai	23 mai	24 mai	25 mai
Terrine aux 2 saumons Caille aux raisins VF Carottes sautées BIO Fromage Dessert	Melon Omelette fromage VF Gratin carottes-brocolis Liégeois vanille Brownie	Pâté en croûte de volaille Légumes farcis Semoule Fromage Banane BIO	Salade maïs et croûtons Bourride de saumonette Pommes de terre vapeur Fromage Dessert	Assiette du jardinier Sauté de veau aux olives BIO Beignets de courgettes Fromage Yaourt nature BIO & sucre	Salade de pommes de terre - macédoine Lapin grillé aux poivrons VF Poêlée méridionale Fromage, dessert

Tomates à la Grecque : tomates, Féta **AOP**, olives noires, vinaigrette huile d'olive et citron **Pamplemousse Caraïbe** : chair de pamplemousse, riz, surimi, mayonnaise

Assiette du jardinier : carottes râpées, concombres, tomates cerises, vinaigrette balsamique **Salade de pommes de terre** : pommes de terre, œufs dur, macédoine, mayonnaise

BIO : Produit issu de l'agriculture biologique

VF : Viande et volaille Française

AOP : Appellation d'Origine Contrôlée

 : Produit local

 : Produit régional

 : 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

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

