

# Menu Repas à domicile – du 27 mai au 22 juin 2024

Lundi 27 mai	Mardi 28 mai	Mercredi 29 mai	Jeudi 30 mai	Vendredi 31 mai	Samedi 1 <sup>er</sup> juin
Taboulé Œufs durs Gratin de courgettes <b>BIO</b> Fromage Fruit <b>BIO</b>	Salade Cow-boy Bœuf à l'Italienne <b>VF</b> Pommes de terre au four Fromage Fromage blanc <b>BIO</b> & sucre	Radis-beurre Cuisse de poulet <b>BIO VF</b> Flan de légumes Fromage Beignet au chocolat	Céleri rémoulade <b>BIO</b> Rôti de porc & moutarde <b>VF</b> Coquillettes <b>BIO</b> Fromage <b>BIO</b> Fruit	Houmous de pois chiches Panés ludiques & citron Haricots verts <b>BIO</b> au beurre Fromage Yaourt aux fruits mixés <b>BIO</b>	Quiche Lorraine Foie persillé <b>VF</b> Champignons sautés Fromage Dessert
3 juin	4 juin	5 juin	6 juin	7 juin	8 juin
Salade Carnaval Crousti fromage Lentilles <b>BIO</b> Fromage Yaourt brassé nature <b>BIO</b> & sucre	Avocat mayonnaise Poulet <b>BIO VF IGP</b> aux champignons Purée de carottes Fromage Riz au lait	Pizza Rôti de veau sauce moutarde Aubergines au four Fromage Banane <b>BIO</b>	Salade Estivale Sauté de porc <b>BIO VF</b> Semoule Fromage Fraises & chantilly	Salade de tomates Blanquette de limande Printanière Fromage Flan caramel <b>BIO</b>	Salade de la mer Coq au vin <b>VF</b> Blettes Fromage Dessert
10 juin	11 juin	12 juin	13 juin	14 juin	15 juin
Macédoine mayonnaise Daube <b>BIO</b> Pâte <b>BIO</b> Fromage <b>BIO</b> Fruit	Salade verte & maïs Filet de cabillaud Bâtonnets de carottes <b>BIO</b> Fromage <b>AOP</b> Crêpes au sucre	Mousse de canard Sot l'y laisse de dinde <b>VF</b> au curry Blé Fromage Salade de fruits frais	Tomates - mozzarella Saucisse Petits pois <b>BIO</b> au jus Fromage Yaourt nature <b>BIO</b> & sucre	Carottes râpées Tortellinis de bœuf sauce tomate Fromage Mousse chocolat	Melon - jambon cru Daurade au four Tomates Provençale Fromage Dessert
17 juin	18 juin	19 juin	20 juin	21 juin	22 juin
Salade Mexicaine Poisson pané & citron Chou-fleur <b>BIO</b> en gratin Fromage Crème vanille <b>BIO</b>	Betterave <b>BIO</b> & tomates cerise Pâtes Bolognaise <b>VF</b> Fromage Compote <b>BIO</b>	Salade Iceberg Brochettes de porc <b>VF</b> à l'Asiatique Pommes sautées Fromage Fromage frais aux fruits <b>BIO</b>	Melon Jambon braisé  au Madère Salsifis Fromage <b>BIO</b> Eclair vanille	Charcuterie Gardianne de taureau <b>BIO</b> Riz de Camargue Fromage Fruit	Concombres vinaigrette Merguez Poêlée Espagnole Fromage Dessert

**Salade Carnaval** : Pâtes pépinettes, carottes râpées, maïs, petits pois, vinaigrette **Salade de la Mer** : Mélange Coleslaw, pâtes papillons, surimi MSC, olives noires, sauce cocktail

**Salade Estivale** : Haricots verts, pois chiches, poivrons rouges, vinaigrette balsamique **Salade Mexicaine** : Riz, poivrons, maïs, haricots rouges et blancs vinaigrette à la tomate pimentée

**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

