

Menu Repas à domicile - du 6 juillet au 1er août 2026

Lundi 6 juillet	Mardi 7 juillet	Mercredi 8 juillet	Jeudi 9 juillet	Vendredi 10 juillet	Samedi 11 juillet
Pois chiches & tomates Tortilla Haricots verts BIO Fromage Yaourt vanille BIO	Mousse de canard Gratin de poisson Printanière de légumes Fromage Fruit	Salade & dès de fromage Boulettes de bœuf BIO VF à l'orientale Pâtes BIO Fromage, Mousse au chocolat BIO	Trio de crudités Filet mignon VF à l'Asiatique Riz cantonais Fromage Fruit	Pizza Wings de poulet VF Pommes sautées Fromage Fruit	Salade de la mer Civet de rognons de veau VF Purée de brocolis Fromage Dessert
13 juillet	14 juillet FERIE	15 juillet	16 juillet	17 juillet	18 juillet
Pastèque Couscous (Agneau, poulet, merguez) Fromage Fromage blanc + sucre	Salade chou blanc aux 2 fromages Caille aux petits oignons VF Risotto aux champignons Fromage Dessert	Betteraves BIO Omelette fromage « Maison » Rosti de légumes Fromage Fruit	Salade campagnarde Rôti de porc VF moutarde Flan de courgettes Fromage Fruit	Salade cow-boy Seiches à la Sétoise Gnocchis Fromage BIO Compote BIO	Macédoine mayonnaise Côte de porc Haricots blancs façon cassoulet Fromage Dessert
20 juillet	21 juillet	22 juillet	23 juillet	24 juillet	25 juillet
Carottes râpées Escalope dinde viennoise Poêlée ratatouille Fromage Yaourt aux fruits BIO & biscuit	Pêche au thon Spaghetti Bolognaise VF emmental râpé Fromage BIO Fruit	Salade verte & maïs Rosbeef sauce tartare VF Petits pois BIO au beurre Fromage Mini crêpes & sucre	Tarte chèvre - tomate Saucisse VF Tomates Provençales Fromage Yaourt nature BIO & sucre	Concombres vinaigrette Saumonette en bourride Pommes de terre Fromage BIO Fruit	Bouchée à la reine Rôti de veau VF sauce poivre Cœur de laitue Fromage Dessert
27 juillet	28 juillet	29 juillet	30 juillet	31 juillet	1er août
Melon Poulet VF au citron Courgettes sautées Fromage Beignet	Crêpe au fromage Légumes farcis sans porc Semoule Fromage Fruit	Pâté en croute Moussaka « Maison » Fromage Fruit BIO	Salade Estivale Macaronade VF à la provençale Emmental râpé Fromage Crème dessert chocolat BIO	Taboulé Poisson pané + citron Carottes au beurre Fromage Fruit	Choux fleurs vinaigrette Paella Fromage Dessert

Trio de crudités : carottes, concombre et champignon **Salade Cow-boy** : salade verte, croûtons, maïs, vinaigrette **Macaronade** : spécialité traditionnelle composée de pâtes (macaronis) et d'un mélange particulier de joue de porc, de saucisse et de sauce tomate **Salade estivale** : haricots verts, maïs, poivrons rouges, vinaigrette. **Salade de la mer** : mélange coleslaw (carottes-céleris-oignon) pâtes papillon, surimi, olives noires, sauce cocktail **Salade campagnarde** : Pâtes perles, fromage en dés, tomates, vinaigrette.



: Menu végétarien

BIO : Produit issu de l'agriculture biologique

VF : Viande et volaille Française

: Pêche durable (MSC)

AOP : Appellation d'Origine Contrôlée

IGP : Indication Géographique Protégée



: Produit local



: Cuisiné par nos chefs



: Produit régional



: 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
- St Laurent d'Aigouze, CCAS : 04 66 88 10 11



Du 6 juillet au 1er août 2026

