

Le menu des repas à domicile

Août 2015

Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Samedi 8
Salade verte à la Grecque ● Brochettes de dinde au jus Pâtes, fromage Yaourt BIO + sucre	Quiche * Moussaka "maison" Fromage Fruit	Betteraves BIO vinaigrette Poisson pané + citron Rizotto Fromage Salade de fruits	Crêpe au fromage Saucisse * Tian de légumes d'été Fromage Fruit	Tomate "mozzarella" Rosbeef + sauce Tartare Haricots verts au beurre Fromage Tarte aux pommes	Artichaut sauce crème Tomates farcies Fromage Dessert
10	11	12	13	14	Férié 15
Salade de pâtes tricolores ● Rôti de porc * Flan "Provençal" Fromage Fruit	Houmous + croutons Pavé de saumon sauce citron Carottes au beurre Fromage + banane	Pastèque Emincé de volaille à l'Italienne Ebly Fromage, compote BIO	Jambon à la Russe * Omelette Petits pois BIO au jus Fromage, flan au choco + Petit beurre	Assiette de crudités Gigot d'agneau + moutarde Rösti de légumes Fromage BIO, éclair vanille	Terrine de légumes + mayo Coquelet aux écrevisses Tagliatelles Fromage Pâtisserie
17	18	19	20	21	22
Melon Thon à la tomate Polenta Fromage Liégeois vanille	Carottes râpées Spaghettis Bolognaise + râpé Fromage Dessert	Taboulé Nuggets Poêlée de légumes Fromage BIO Fruit	Pizza Rôti de veau au jus Ratatouille Fromage Fruit	Salade verte Brochette de porc sauce aigre douce * Pommes dauphines Fromage, yaourt aux fruits	Lentilles vinaigrette Pavé de poisson à la Bordelaise Cœur de fenouils braisés Fromage, dessert
24	25	26	27	28	29
Salade "Campagnarde" Poulet rôti Printanière de légumes au beurre Fromage + beignet choco	Concombre façon "Tzatziki" ● Tajine d'agneau, semoule Fromage + yaourt aux fruits mixés	Œufs durs au thon Croque-monsieur * Haricots beurrés persillés Fromage Dessert	Friand au fromage Poisson pané "maison" + citron Flan de courgettes Fromage BIO, fruit BIO	Salade de tomates Paella (Poulet-seiche) Fromage Fromage blanc + sucre	Avocat Caraïbe Foie poêlé Purée aux 3 légumes Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Salade à la Grecque** : salade, tomates, fromage, olives noires, sauce huile d'olive et citron ● **Salade de pâtes tricolores** : pâtes, mayonnaise ● **Houmous** : Spécialité à base de purée de pois-chiches, huile d'olive, ail ● **Salade Campagnarde** : Ebly, mais, fromage, tomates cerises, vinaigrette ● **Concombre façon "Tzatziki"** : concombres, yaourt, menthe fraîche

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

Fruits et légumes de saison, viande, poisson ou œufs, laitage ou fromage

Des produits de qualité

Produits issus de l'agriculture biologique, absence d'OGM, faibles additifs alimentaires, apport nutritionnel de qualité, traçabilité des viandes...

Commandez vos repas auprès du CCAS de votre commune :

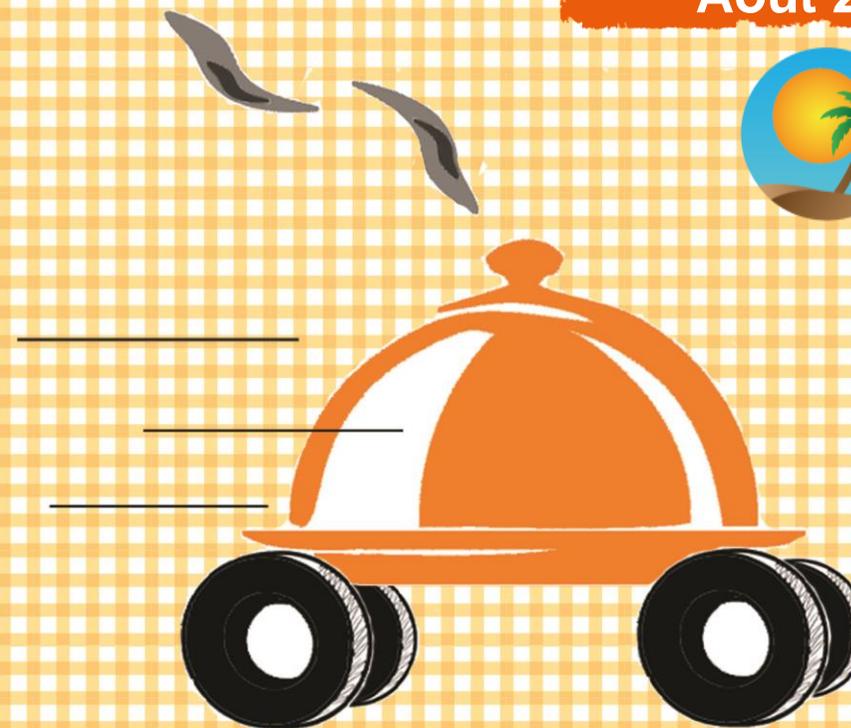
- Aigues-Mortes, CCAS : 04 66 53 62 00
- Le Grau du Roi, CCAS : 04 66 53 98 12

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

Le menu des repas à domicile

Août 2015



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr


aigues-mortes
Le Sel de la Vie


LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE

