

Le menu des repas à domicile

Avril 2015

Lundi 30	Mardi 31	Mercredi 1	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4
Melon vert Estouffade de bœuf Pâtes + râpé Fromage Yaourt aux fruits mixés	Tomates Cuisse de poulet rôti Poêlée ratatouille Fromage BIO Tarte normande	Bâtonnets de crudités + Sauce cocktail Thon à la tomate Blé « Ebyl » Fromage/Flan vanille	Friand au fromage Rôti de porc * Gratin de blettes Fromage Banane BIO	Œufs durs + ketchup Brandade parmentière + râpé Fromage Fruit	Salade de pâtes Légumes farcis * Fromage Dessert
6	7	8	9	10	11
Pâté en croûte Truite aux amandes Tomates à la provençale Fromage Dessert	Mousse de canard Wings Rosti de légumes Fromage / fruits au sirop Surprise en chocolat	Salade exotique ● Fricadelle + moutarde Pommes dauphines Fromage Fromage frais aux fruits	Salade Cow-Boy ● Sauté de porc * Lentilles Fromage Mousse au chocolat	Pommes de terre au thon Rosbeef + sauce tartare Haricots verts Fromage Salade de fruits frais	Concombre / ciboulette Choucroute de la mer (poisson, moules, p-de- terre, choux) Fromage / Dessert
13	14	15	16	17	18
Carottes râpés Poisson pané + citron Printanière Yaourt nature BIO + sucre	Saucisson * + cornichons Cuisse de pintade Pommes de terre « campagnarde » ● Fromage blanc + sucre	Salade verte + dés de fromage Daube provençale Carottes au beurre Fromage/Pêches au sirop	Tomates cerise Saucisse * Pâtes à la tomate + râpé Fromage Dessert	Pizza Omelette « maison » Poêlée « villageoise » Fromage Fruit	Choux rouge vinaigrette Cuisse de poulet jardinière (céleri, carottes, champignons) Fromage / Dessert
20	21	22	23	24	25
Betteraves cubes Brochette de dinde + sauce moutarde Petit-pois BIO Fromage / Fruit	Radis rondelles vinaigrette Saumon au beurre blanc Beignets de courgettes Fromage Flan caramel	Asperges Paëlla (poulet – gambas) Fromage Fruit	Salade Grecque ● Blanquette de veau Pommes vapeur Fromage / Crème dessert chocolat BIO	Pois-chiche en vinaigrette Cordon bleu Duo de courgettes sautées Fromage Fruit BIO	Moules marinières Côte de porc * Brocolis Fromage Dessert

Ma cuisine a du goût !

Les menus 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...

● **Salade exotique** : cœur de palmier, ananas, crevettes ● **Pommes de terre « campagnarde »** : pommes sautées, haricots, aubergine, carottes, oignons ● **Salade Cow-boy** : salade verte, tomates, maïs, croutons ● **Salade grecque** : tomates, salade verte, féta, jus de citron, huile d'olive

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

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

