

Le menu des repas à domicile

Décembre 2017

Lundi

27

Mardi

28

Mercredi

29

Jeudi

30

Vendredi

1

Samedi

2

Salade de chou-fleur BIO Escalope Viennoise Purée aux 3 légumes Fromage Pomme BIO	Carottes râpées Tagliatelles au saumon Fromage Crème chocolat-noisette	Salade de mâche aux noix Cuisse de poulet rôti Flan de potiron Fromage Fruits au sirop + biscuit	Pamplemousse Rôti de porc * Beignet de courgettes Fromage Tarte au flan	Feuilleté au fromage Daube de bœuf Haricots beurrés Fromage Fruit	Velouté aux champignons Côte de porc * Flageolets Fromage Dessert
4	5	6	7	8	9
Pizza Brochettes de dinde au jus Petits pois BIO Fromage Yaourt nature + sucre	Salades d'endives et betteraves Poisson pané + citron Purée, fromage BIO Compote	Céleris rémoulade Veau Marengo Pâtes Fromage Banane BIO	Salades verte Croque-monsieur * Carottes sautées Fromage, fromage blanc Crème de marron	Macédoine Wings Riz Cantonais Fromage Fruit	Quiche Lorraine * Coquelet à l'estragon Pommes sautées Fromage Dessert
11	12	13	14	15	16
Betteraves vinaigrette Bœuf en sauce Polenta Fromage Yaourt nature + sucre	Salade Bergère ● Omelette Gratin chou- fleur - pommes de terre Fromage, flan caramel	Potage légumes Poulet aux champignons Blé Fromage Fruit	Salade Coleslow ● Saucisse * Lentilles à la moutarde Fromage Fromage frais aux fruits	Poireaux vinaigrette Brochette de poisson Meunière, gratin de courgettes, fromage Salade de fruits	Taboulé Civet de rognons * Salsifis sautés Fromage Dessert
18	19	20	21	22	23
Salade Fermière ● Cordon bleu Haricots verts au beurre Fromage Crème vanille	Crêpe au fromage Filet de poisson + sauce citron Printanière de légumes Fromage BIO , fruit	Salade Cow-boy ● Paupiettes de veau à l'italienne Mélange de céréales Fromage, baba chantilly	Salade gambas-mandarine Cuisse de pintade Pommes dauphines Fromage Fougasse d'Aigues-Mortes	Salade verte œufs durs Raviolis gratinés Fromage Yaourt aux fruits BIO	Chou rouge Truite aux amandes Fenouil braisé Fromage Buchette pâtissière

BIO : Agriculture biologique



● **Salade Bergère** : salade verte, dès de fromage, croûtons, vinaigrette ● **Salade Cow-boy** : salade verte, mais, croûtons, tomates, vinaigrette ● **Salade fermière** : pommes de terre, petits-pois, tomates cerises, cubes fromage, vinaigrette ● **Salade Coleslow** : chou blanc râpé, carottes râpées, mayonnaise

* Préparation contenant du 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

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 : 06 30 22 07 37

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

Décembre 2017



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr


aigues-mortes
Le Sel de la Vie


LE GRAU
DU ROI
Le Phare de la Méditerranée
PORT CAMARGUE