

Le menu des repas à domicile

Jun 2015

Lundi 1	Mardi 2	Mercredi 3 Journée Grecque	Jeudi 4	Vendredi 5	Samedi 6
Taboulé Cuisse de poulet Beignets de courgettes Fromage Fruits au sirop	Tomates – mais Filet de poisson sauce Normande Riz Fromage + fruit de saison	"Houmous" ● + croustons Moussaka "maison" Fromage Yaourt à la Grecque nature + sucre	Charcuterie * Omelette Haricots verts Fromage, salade de fruits frais +biscuit BIO	Salade verte Daube Pâtes Fromage, crousti-Crème dessert choco	Terrine de poisson + coulis tomate Légumes farcis "maison" * Semoule Fromage + dessert
8	9	10	11	12	13
Pizza Boules au bœuf au curry Carottes vichy Fromage Viennois chocolat	Macédoine mayo. Civet de "Sot-l'y-laisse" de dinde Polenta Fromage + Compote BIO	Melon Poisson pané aux céréales "maison" Choux fleurs braisés BIO Fromage + Banane	Salade verte Saucisse * Purée Fromage Yaourt aux fruits mixés	Salade pâtes "perles" ● Rosbeef + moutarde Ratatouille Fromage Fruit de saison	Salade de pomme de terre "Sombbrero" ● Foie persillé Tomates à la provençale Fromage + Dessert
15	16	17	18	19	20
Betteraves Poisson pané + citron Petit pois BIO au beurre Fromage Fromage blanc + sucre	Œufs durs au thon Spaghettis Bolognaise + râpé Fromage Pastèque	Tomates-mozzarella-basilic Gigot d'agneau Flageolets Fromage Mousse chocolat	Carottes râpées Sauté de porc * Printanière de légumes Fromage BIO Pâtisserie	Concombres à la crème Wings Pommes de terre sautées aux oignons Fromage + Flan caramel	Tarte salée Cuisse de poule sauce suprême Carottes + champignons Fromage + Dessert
22	23	24	25	26	27
Lentilles vinaigrette Sauté de veau Pommes vapeur Fromage Yaourt nature + sucre	Crêpe au fromage Cordon bleu Courgettes sautées à l'huile d'olive et thym Fromage, fruit de saison BIO	Asperges vinaigrette Brochette de poulet au soja Pâtes Fromage + Fruit de saison	Salade de riz "Italienne" ● Rôti de porc * Gratin de choux fleurs Fromage Fraises + chantilly	Salade "Cow-boy" Cubes de poisson sauce tomate Ebly Fromage + flan vanille	Charcuterie * Lapin aux poivrons Pommes dauphines Fromage Dessert
29	30	1 ^{er} juillet	2 Juillet	3 Juillet	4 Juillet
Radis-beurre Sauté de pintade aux champignons Coquillettes Fromage + Carré abricot	Pamplemousse Couscous (agneau-merguez) Fromage BIO Fromage frais aux fruits	Salade Iceberg Seiches à la tomate Riz Fromage Crème dessert à la vanille	Friand au fromage Brochettes de porc * Poêlée de légumes Fromage Fruit de saison	Tomates cerise Poulet rôti Rösti de légumes Fromage Dessert	Céleris "Rémoulade" Loup au four Cœur de fenouil Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Houmous** : spécialité à base de purée de pois-chiches, huile d'olive, ail ● **Salade « sombrero »** : pommes de terre, maïs, petit-pois, carottes, céleris raves, poivrons, haricots rouges, vinaigrette ● **Salade de pâtes « perles »** : pâtes perles, maïs, tomates, olives vertes, vinaigrette ● **Salade de riz "Italienne"** : riz, tomates cubes, courgettes, olives noires, mayo

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 :

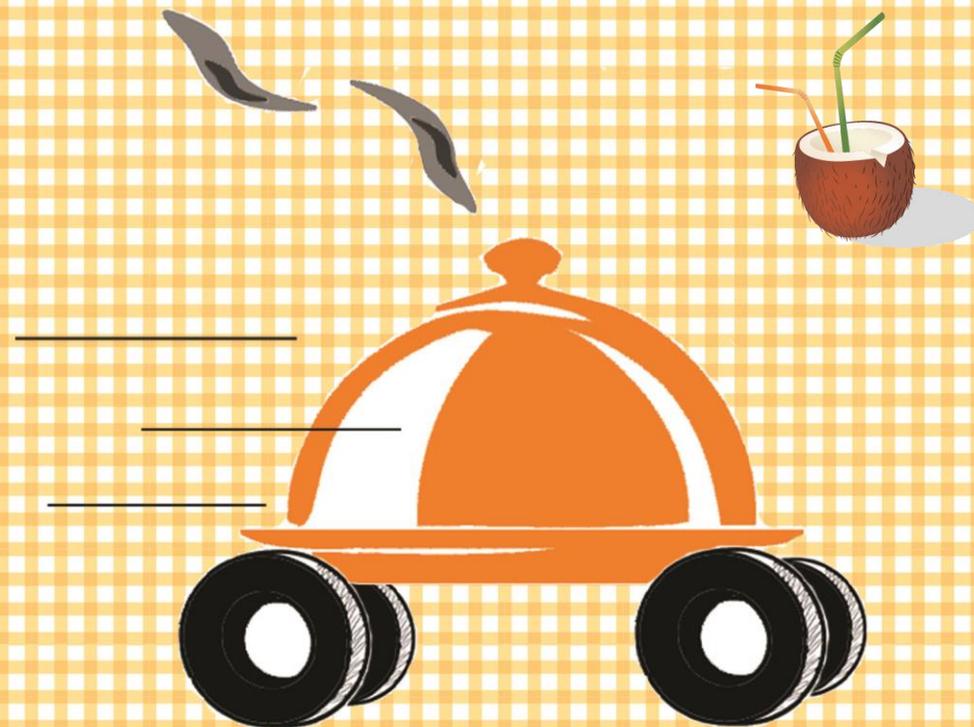
produits issus de l'agriculture biologique, absence d'OGM, faibles additifs alimentaires, apport nutritionnel de qualité, traçabilité des viandes...

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

Juin 2015



 Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

 aigues-mortes
Le Sel de la Vie

 Le Port de la Méditerranée
LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE