

Le menu des repas à domicile

Mars 2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
29 février	1 mars	2 mars	3 mars	4 mars	5 mars
Feuilleté Hot-dog Filet de poisson à la fondue de poireaux, riz pilaf Fromage Pomme BIO	Potage au potiron Wings Haricots beurrés Fromage Crème chocolat + biscuit	Salade Coleslow ● Poulet aux champignons Petit Epeautre BIO Fromage Fromage blanc + sucre	Haricots verts-thon Tartiflette * (pomme de terre, oignons, dés de jambon, lardons) Fromage, fruit	Salade de pommes de terre Rosbeef + ketchup Petits pois Fromage, flan vanille	Asperges Loup au four Cœurs de fenouil Fromage Dessert
7 mars	8 mars	9 mars	10 mars	11 mars	12 mars
Macédoine + mayonnaise Emincé de volaille au bleu Rôsti de légumes Fromage BIO Fruit	Salade verte + dès de fromage Estouffade de bœuf, pâtes Fromage Mousse chocolat	Tomates - mozzarella Paupiette de veau à l'italienne Polenta Fromage, dessert	Betteraves BIO vinaigrette Potée * (sauce, légumes, pommes de terre) Fromage Yaourt nature + sucre	Pizza Pépité de poisson pané Purée de carottes Fromage Salade de fruits	Haricots blancs aux oignons doux, tortillas (pommes de terre, oignons) Blettes à la crème Fromage, mousse citron
14 mars	15 mars	16 mars	17 mars	18 mars	19 mars
Lentilles vinaigrette Cuisse de poulet Poêlée ratatouille Fromage, poire au sirop sauce chocolat	Friand au fromage Paleron de bœuf sauce aux poivrons Coquillettes BIO + râpé Fromage + fruit	Pomelos Bacalau (cabillaud, pommes de terre, œufs durs) Fromage, flan nappé caramel	Carottes râpées Noix de joue de porc * au cidre, blé (Ebyl) Fromage Yaourt aux fruits BIO	Tarte chèvre basilic Cordons bleus Haricots verts Fromage Fruit	Terrine de poisson + coulis de tomate, Andouillette * Champignons persillés Fromage, gâteau de riz
21 mars	22 mars	23 mars	24 mars	25 mars	26 mars
Radis-beurre Blanquette de veau Carottes vapeur Fromage BIO Yaourt à boire	Salade verte Fricadelle sauce crème Purée Fromage Tarte Normande	Salade avocat, thon, surimi Chili con carne Riz Fromage Liégeois chocolat	Taboulé Rôti de porc * Poêlée de légumes Fromage Fruit	Salade de pâtes "perles" ● Œufs durs Choux fleurs en gratin Fromage Crème dessert vanille	Quiche * Rôti de veau au jus Flageolets Fromage Dessert
Férié 28 mars	29 mars	30 mars	31 mars	1 avril	2 avril
Pâté en croûte * Salade et tomates Volaille farcie sauce aux cèpes, gratin Dauphinois Fromage, île flottante	Mousse de canard Lasagnes Fromage Compote BIO	Potage de légumes Tajine d'agneau aux abricots, semoule Fromage Fruit	Salade de mâche Choucroute * (charcuterie, chou, pommes de terre) Fromage, ananas	Salade Cow-boy ● Brochette de dinde aux oignons doux, beignets aux courgettes, fromage Fromage frais aux fruits	Soupe de poisson Légumes farcis * Riz Fromage Dessert

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 :

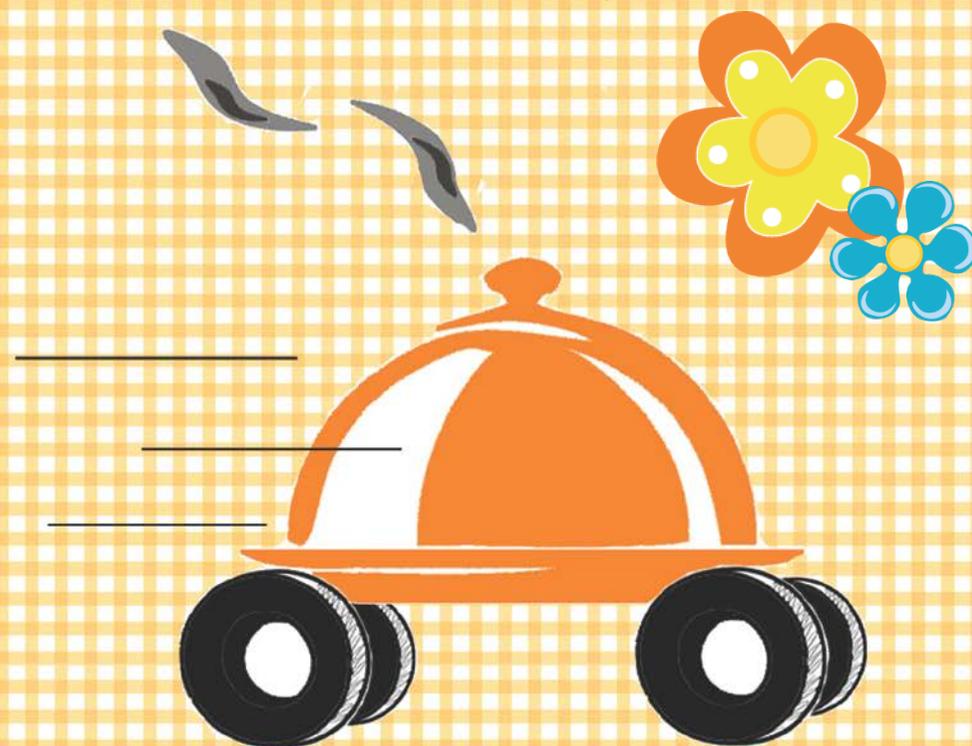
- Aigues-Mortes, CCAS : 04 66 53 62 00
- Le Grau du Roi, CCAS : 06 30 22 07 37

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

Mars 2016



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

Le Phare de la Méditerranée
LE GRAU
DU ROI
PORT CAMARGUE