



# COMMUNAUTE DES COMMUNES - TERRE DE CAMARGUE

## CUISINE CENTRALE

MENUS DE : OCTOBRE 2014

|                                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNDI</b><br>29-sept.-14                                                                                     | <b>MARDI</b><br>30-sept.-14                                                                                   | <b>MERCREDI</b><br>1-oct.-14                                                                                 | <b>JEUDI</b><br>2-oct.-14                                                                                  | <b>VENDREDI</b><br>3-oct.-14                                                                                | <b>SAMEDI</b><br>4-oct.-14                                                             |
| Betteraves cubes en vinaigrette<br>Cordon bleu<br>Petits pois au beurre<br>Fromage<br>Yaourt Pêche (BIO)        | Crêpes au fromage<br>Cubes de Colin sauce "crustacés"<br>Purée<br>Fromage<br>Fruit                            | Salade de riz "sombbrero"+mayo.<br>Jambon sauce Madère (P)<br>Rôsti de légumes<br>Fromage<br>Fruit           | Lentilles vinaigrette<br>Saucisse (P)<br>Poêlée Maraichère<br>Fromage<br>Yaourt nature + sucre             | Radis-beurre<br>Bœuf à la Provençale<br>Pâtes (BIO) + rapé<br>Fromage<br>Danette choco                      | Potage<br>Petites seiches en persillade<br>Pommes vapeur<br>Fromage<br>Dessert         |
| <b>LUNDI</b>                                                                                                    | <b>MARDI</b>                                                                                                  | <b>MERCREDI</b>                                                                                              | <b>JEUDI</b>                                                                                               | <b>VENDREDI</b>                                                                                             | <b>SAMEDI</b>                                                                          |
| <b>Fête locale d'AIGUES MORTES</b>                                                                              |                                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                        |
| <b>6-oct.-14</b>                                                                                                | <b>7-oct.-14</b>                                                                                              | <b>8-oct.-14</b>                                                                                             | <b>9-oct.-14</b>                                                                                           | <b>10-oct.-14</b>                                                                                           | <b>11-oct.-14</b>                                                                      |
| Terrine de légumes + coulis<br>Gardianne AOC de Camargue<br>Riz de Camargue (I.G.P.)*<br>Fromage<br>Tropézienne | Carottes râpées<br>Cuisse de poulet<br>Beignets de courgettes<br>Fromage<br>Compote                           | Charcuterie (P) + olives vertes<br>Fricadelle sauce moutarde<br>Semoule<br>Fromage<br>Fruit                  | Salade verte<br>Choucroute (P)<br>(pommes de terre - chou)<br>Fromage<br>Flan (BIO)                        | Friand au fromage<br>Pané de hoki + citron<br>Poêlée ratatouille<br>Fromage<br>Banane                       | Oufs durs "mimosa"<br>Cailles aux raisins<br>Navets braisés<br>Fromage<br>Dessert      |
| <b>LUNDI</b><br>13-oct.-14                                                                                      | <b>MARDI</b><br>14-oct.-14                                                                                    | <b>MERCREDI</b><br>15-oct.-14                                                                                | <b>JEUDI</b><br>16-oct.-14                                                                                 | <b>VENDREDI</b><br>17-oct.-14                                                                               | <b>SAMEDI</b><br>18-oct.-14                                                            |
| Salade "Perles du jardin" <sup>o</sup><br>Poisson meunière<br>Carottes vapeur<br>Fromage<br>Pomme (BIO)         | Melon d'hiver<br>Estouffade de bœuf<br>Polenta<br>Fromage<br>Fromage blanc + sucre                            | Crudités variées<br>Cuisse de pintade aux olives<br>Pâtes<br>Fromage<br>Dessert                              | Salade aux noix et fromage<br>Chipolatas (P)<br>Haricots verts<br>Fromage (BIO)<br>Fruits au sirop         | Macédoine+ mayo<br>Esc de dinde aux champignons<br>Pommes noisettes<br>Fromage<br>Petits suisses aux fruits | Pêches au thon<br>Endives au jambon<br><br>Fromage<br>Dessert                          |
| <b>LUNDI</b>                                                                                                    | <b>MARDI</b>                                                                                                  | <b>MERCREDI</b>                                                                                              | <b>JEUDI</b>                                                                                               | <b>VENDREDI</b>                                                                                             | <b>SAMEDI</b>                                                                          |
| <b>VACANCES SCOLAIRES</b>                                                                                       |                                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                        |
| <b>20-oct.-14</b>                                                                                               | <b>21-oct.-14</b>                                                                                             | <b>22-oct.-14</b>                                                                                            | <b>23-oct.-14</b>                                                                                          | <b>24-oct.-14</b>                                                                                           | <b>25-oct.-14</b>                                                                      |
| Taboulé aux raisins<br>Nugget"s de poulet<br>Gratin de choux fleurs<br>Fromage (BIO)<br>Fruit                   | Salade verte + oeufs durs<br>Seiches à la tomate<br>Riz<br>Fromage<br>Yaourt nature + sucre                   | Pamplémousse<br>Blanquette de veau<br>Pommes vapeur<br>Fromage<br>Carré framboise                            | Potage de légumes<br>Roti de porc (P)<br>H.blancs façon Cassoulet<br>Fromage<br>Fruit (BIO)                | Carottes rapées-maïs<br>Boules d'agneau au Curry<br>Poêlée de légumes<br>Fromage<br>Mousse choco. + biscuit | Jambon cru -beurre- cornichons<br>Légumes<br>farcis "maison"<br>Fromage<br>Dessert     |
| <b>LUNDI</b>                                                                                                    | <b>MARDI</b>                                                                                                  | <b>MERCREDI</b>                                                                                              | <b>JEUDI</b>                                                                                               | <b>VENDREDI</b>                                                                                             | <b>SAMEDI</b>                                                                          |
| <b>VACANCES SCOLAIRES</b>                                                                                       |                                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                        |
| <b>27-oct.-14</b>                                                                                               | <b>28-oct.-14</b>                                                                                             | <b>29-oct.-14</b>                                                                                            | <b>30-oct.-14</b>                                                                                          | <b>31-oct.-14</b>                                                                                           | <b>1-nov.-14</b>                                                                       |
| Pois-chiches en salade<br>Poulet "Basquaise"<br>Printanière<br>Fromage<br>Pruneaux au sirop                     | Haricots verts-tomates + vinaigrette<br>Aïoli de poisson<br>Pommes de terre/carottes<br>Fromage<br>Pâtisserie | Quiche lorraine (P)<br>Hachis parmentier<br>à la purée de céleris<br>Fromage (BIO)<br>Salade de fruits frais | Salade "chinoise" *<br>Brochette de porc (P) sauce caramélisée<br>Riz Cantonais<br>Fromage<br>Flan vanille | Endives<br>Rosbeef + ketchup<br>Flan de légumes<br>Fromage<br>Pomme au four                                 | Salade "Sud-ouest"<br>Cuisse de canard confite<br>Pommes sautées<br>Fromage<br>Dessert |

(P)=préparation contenant du porc

\*Salade "chinoise" : Salade verte, carottes râpées, soja +sauce vinaigrette au curry

<sup>o</sup>Salade "Perles du jardin" : Pâtes "perles", tomates, maïs, olives vertes, vinaigrette

I.G.P.\* : Indication Géographique Protégée

L'équipe de la Cuisine Centrale se réserve le droit de modifier ces menus en cas de problème d'approvisionnement.

Ce menu a été composé conformément aux recommandations en vigueur par la diététicienne de la Communauté des Communes M. H. GOZIOSO

Pour tout commentaire ou suggestion, la boîte mail est à votre disposition : [cuisine.centrale@terredecamargue.fr](mailto:cuisine.centrale@terredecamargue.fr)