

Le menu des repas à domicile

Décembre 2018

Lundi 3		Mardi 4		Mercredi 5		Jeudi 6		Vendredi 7		Samedi 8	
Chou rouge vinaigrette Escalope Viennoise Purée de potiron Fromage Pomme BIO		Carottes râpées Tagliatelles au saumon Fromage Crème dessert vanille		Salade endives et noix Paupiettes de veau à l'Italienne Boulgour BIO Fromage Fruits au sirop + biscuit		Pamplemousse Rosbeef + moutarde Beignet de courgettes Fromage Tarte au flan		Feuilleté au fromage Wings Poêlée de légumes Campagnarde Fromage Fruit		Velouté aux champignons Saucisse fumée * Légumes façon potée Fromage Dessert	
10		11		12		13		14		15	
Betteraves vinaigrette Daube de bœuf Riz BIO Fromage Yaourt vanille BIO		Velouté aux carottes Omelette Gratin de chou-fleur et pomme de terre Fromage Fruit		Salade "Bergère" Cuisse de poulet rôti Ratatouille Fromage Dessert		Salades Coleslow ● Rôti de porc * Poêlée de haricots blancs Fromage Fromage frais aux fruits		Poireaux vinaigrette Brochette de poisson Meunière Printanière de légumes Fromage BIO Salade de fruits		Quiche Lorraine * Coquelet à l'estragon Pommes sautées Fromage Dessert	
17		18		19		20		21		22	
Salade Fermière ● Cordon bleu Haricots verts au beurre Fromage Yaourt nature + sucre		Crêpe au fromage Filet de poisson sauce citron Carottes sautées Fromage BIO Fruit		Salade Cow-boy ● Pintade aux olives Blé Fromage Flan caramel		Repas de Noël 20 Charcuterie – tomates cerise Aiguillette de poulet à la crème de noisettes Mini gratin Dauphinois Fromage Fougasse d' Aigues-Mortes		Œufs durs au thon Raviolis gratinés Fromage Fruit BIO		Taboulé Civet de rognons * Salsifis sautés Fromage Dessert	



BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **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

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.

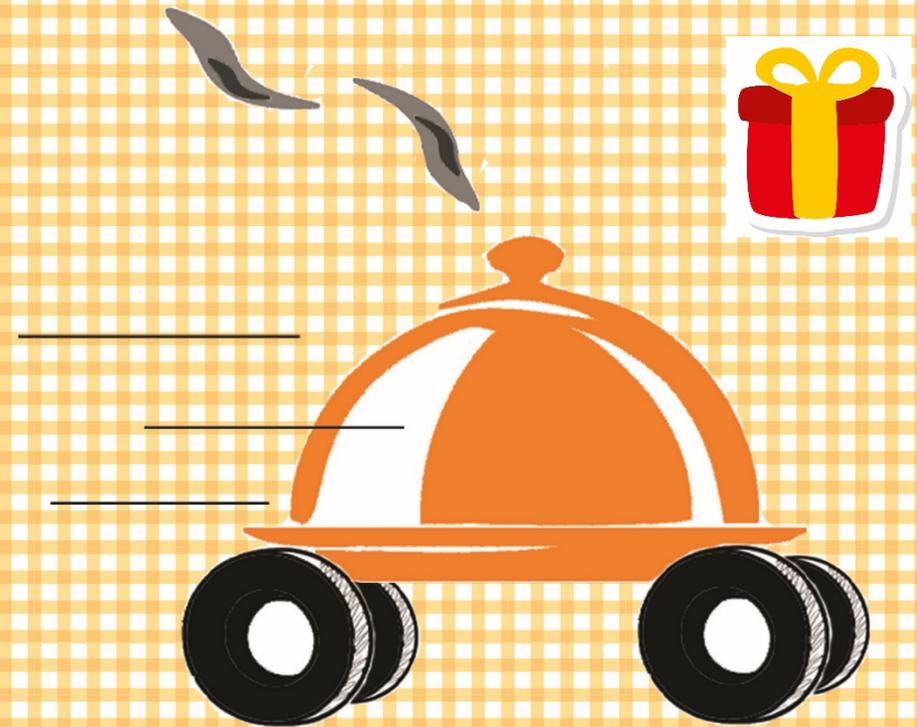
Pour toutes remarques et suggestions, contactez-nous à :

cuisine.centrale@terredecamargue.fr

ou par téléphone au 04 66 53 29 43

Le menu des repas à domicile

Décembre 2018



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
Le PORT CAMARGUE