

# Le menu des repas à domicile

Février 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Nouvel An Chinois 4</b>	5	6	7	8	9
Salade Chinoise Samoussa au poulet Riz Cantonais Fromage Ananas	Salade Texane ● Cuisse de poulet rôti Haricots verts <b>BIO</b> Fromage, abricots au sirop + mini beignet	Œufs durs + mayonnaise Veau Marengo Pommes dauphines Fromage Salade de fruits	Carottes râpées Jambon braisé à la moutarde*, lentilles Fromage Flan <b>BIO</b> nappé de caramel	Pizza Poisson pané Gratin de courgettes Fromage Kiwi	Macédoine mayonnaise Rognons * sauce Madère Navets au beurre Fromage Dessert
11	12	13	14	15	16
Betteraves <b>BIO</b> Spaghettis à la Bolognaise + râpé Fromage Liégeois chocolat <b>BIO</b>	Pomelos Wings Purée de potiron Fromage Yaourt aux fruits mixés <b>BIO</b>	Endives Gardianne AOP Riz Basmati Fromage Fruit	- Choucroute * Pommes de terre - chou Fromage <b>BIO</b> Dessert + Fruit	Salade Cow-boy Pavé de colin à la Bordelaise Poêlée ratatouille Fromage, gaufre au sucre	Tarte salée Endives au jambon *  Fromage Dessert
18	19	20	21	22	23
Poireaux vinaigrette Couscous (sauté d'agneau-merguez) Fromage Fruit <b>BIO</b>	Crème de chou-fleur Pavé de saumon sauce citron, purée Fromage Fromage blanc + sucre	Friand au fromage Colombo de dinde Pâtes <b>BIO</b> au beurre Fromage Pomme au four "maison"	Salade Coleslaw Brochette de porc * Choux de Bruxelles Fromage <b>BIO</b> Dessert	Pois chiches/tomates vinaigrette Cordon bleu Petits pois, fromage Crème dessert <b>BIO</b>	Salade de pommes de terre Lyonnaise * Coq au vin Légumes braisés, fromage Dessert
25	26	27	28	1 <sup>er</sup> mars	2 mars
Radis-beurre Rôti de porc* au cidre Pommes de terre sautées + pomme fruit, fromage Yaourt à la vanille	Melon d'hiver Cabillaud aux petits légumes, Tagliatelles Fromage Compote	Quiche Lorraine * Rosbeef sauce champignons Beignets de chou-fleur Fromage, fruit	Taboulé Œufs durs à la béchamel Epinards Fromage Banane <b>BIO</b>	Salade Iceberg Civet de manchons de canard, polenta Fromage <b>BIO</b> Pâtisserie	Potage de légumes Thon à l'Escabèche Purée de céleris Fromage Dessert

**BIO** : Agriculture biologique



\* Préparation contenant du porc

● **Salade Chinoise** : chou Chinois, surimi, carottes râpées, soja, oignon, vinaigrette aromatisée sauce soja, cacahuètes concassées

● **Salade « Texane »** : salade verte, cubes d'emmental + sauce cocktail

## 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@terredecamarque.fr](mailto:cuisine.centrale@terredecamarque.fr)  
ou par téléphone au 04 66 53 29 43

# Le menu des repas à domicile

Février 2019



Communauté  
de communes  
Terre de CAMARGUE  
[www.terredecamarque.fr](http://www.terredecamarque.fr)

aigues-mortes  
Le Sel de la Vie

Le Grau du Roi  
LE GRAU  
DU ROI  
MONT CAMARGUE