

Le menu des repas à domicile

Février 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Menus Végétarien 3	4	5	6	7	8
Lentilles vinaigrette Stick de mozzarella Poêlée ratatouille Yaourt aux fruits mixés BIO Fruit	Salade verte + dès fromage, blanquette de poulet, rôsti de légumes Fromage, mini crêpes + pâte à tartiner	Potage de légumes Veau BIO Marengo Pommes vapeur Fromage BIO Salade de fruits	Radis-beurre Jambon braisé à la moutarde*, coquillettes Fromage Flan BIO nappé de caramel	Pizza Poisson pané Gratin de courgettes Fromage Fruit	Macédoine mayonnaise Endives au jambon * Fromage Dessert
10	11	12	13	14	15
Betteraves BIO Spaghettis à la Bolognaise + râpé Fromage Liégeois chocolat	Œufs durs mayonnaise Wings Purée de potiron Fromage BIO Feuilleté aux pommes	Endives Gardianne AOP Riz de Camargue Fromage Fruit	Salade Cow-boy Chipolatas BIO * Haricots beurrés Fromage Yaourt nature brassé +sucre	Jambon * - beurre Pavé de poisson à la Napolitaine Mélanges 5 céréales Fromage, fruit	Feuilleté salé Choucroute garnie * Fromage Dessert
17	18	19	20	21	22
Poireaux vinaigrette Couscous (sauté d'agneau-merguez) Fromage Fruit BIO	Salade verte Moules BIO à la crème Pommes dauphines Fromage Fromage frais aux fruits	Crudités variées Colombo de dinde Pâtes BIO au beurre Fromage Crumble de pommes	Pamplemousse Caraïbe Brochette de porc * Choux de Bruxelles au beurre, fromage BIO Gaufre au sucre	Pois chiches/tomates vinaigrette Cordon bleu, carottes BIO au beurre, fromage Yaourt vanille	Salade de pommes de terre Lyonnaise * Coq au vin Légumes braisés, fromage Dessert
Menus Végétarien 24	25	26	27	JOURNEE BIO 28	29
Taboulé Œufs durs à la béchamel Epinards Fromage Banane BIO	Melon d'hiver Cabillaud aux petits légumes, polenta Fromage Compote BIO	Friand au fromage Rosbeef + ketchup Petits pois Fromage Fruit	Salade verte Rôti de porc * au cidre + pommes, pommes de terre sautées, fromage Yaourt nature BIO + sucre	Carottes râpées BIO Cuisse de poulet BIO Haricots verts BIO Fromage BIO Tarte aux pommes BIO	Crème de chou-fleur Langue sauce Ravigote Jeunes carottes au beurre Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



* Préparation contenant du porc

● **Crudités variées** : endives, carottes, maïs

● **Pamplemousse Caraïbe** : Pamplemousse, riz, surimi, 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

Février 2020



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

LE GRAU
DU ROI
Le Port Camarguais

