

Le menu des repas à domicile

Février 2021

Lundi1	Mardi2	Mercredi3	Jeudi4	Vendredi5	Samedi6
Mélange Coleslaw Cabillaud aux petits légumes, polenta Fromage BIO Fruit BIO	Salade verte + dès fromage, Wings, Courgettes BIO en gratin Fromage, mini crêpes + pâte à tartiner	Friand au fromage Rosbeef + moutarde Petits pois au beurre Fromage Fruit	Melon d'hiver Sauté de porc à la moutarde*, coquillettes Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO	Lentilles BIO vinaigrette Bouchées au camembert Poêlée ratatouille Fromage Crème vanille BIO	Hareng - pommes à l'huile Langue aux câpres Epinards à la crème Fromage Dessert
8	9	10	11	Nouvel An Chinois 12	
Pizza Œufs durs, gratin de chou-fleur et pommes de terre Fromage, verrine fromage blanc, pommes, spéculoos	Taboulé Poisson pané + citron Haricots verts BIO Fromage BIO Fruit	Potage de légumes Veau BIO Marengo* Tempura de légumes Fromage Salade de fruits	Salade Cow-boy Rôti de porc * au cidre Pommes de terre sautées + pommes fruit, fromage Yaourt nature BIO + sucre	Salade Chinoise Brochettes Yakitori Riz Cantonais "maison" Fromage Beignet aux pommes	
15	16	17	18	19	20
Poireaux vinaigrette Couscous (sauté d'agneau-merguez) Fromage Fruit BIO	Jambon * beurre Moules BIO à la crème Pommes dauphines Yaourt brassé nature + sucre, pêches au sirop	Crudités variées Colombo de dinde Pâtes BIO au beurre Fromage Compote	Salade verte Chipolatas BIO * Haricots beurrés Fromage BIO Gaufre au sucre	Pois chiches et tomates vinaigrette, cordon bleu Jeunes carottes glacées Fromage Fromage frais aux fruits	Crème de chou-fleur Pennes aux saveurs de la mer Fromage Dessert
22	23	24	25	26	27
Betteraves BIO Lasagnes Bolognaises maison Fromage Liégeois chocolat	Œufs durs mayonnaise Cuisse de poulet BIO Purée de potiron Fromage BIO Fruit BIO	Endives sauce vinaigrette Gardianne AOP Riz de Camargue Fromage Fromage blanc nat. + sucre	Carottes râpées BIO Jambon braisé*, choux de Bruxelles, fromage Flan nappé caramel BIO + biscuit	Céleris rémoulade Steak de thon à la tomate Mélange 5 céréales Fromage Fruit	Pamplemousse + sucre Choucroute garnie * - Fromage Dessert

BIO : Agriculture biologique



- **Crudités variées** : radis, carottes, maïs ● **Salade Chinoise** : Chou Chinois, carottes râpées, fromage, cacahuètes, surimi
- **Hareng - pommes à l'huile** : salade de pommes de terre et hareng fumé, oignons doux et vinaigrette huile d'olive

*ORIGINE DES VIANDES : communiquée aux restaurants scolaires le jour de consommation sur le document "Liste des allergènes"

* Préparation contenant du porc

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 2021



Communauté
de communes
Terre de CAMARGUE
www.terredecamargue.fr

aigues-mortes
Le Sel de la Vie

LE GRAU
DU ROI
Le Port Camarguais