

Menu Repas à domicile – du 4 au 30 mars 2024

Lundi 4 mars	Mardi 5 mars	Mercredi 6 mars	Jeudi 7 mars	Vendredi 8 mars	Samedi 9 mars
Radis-beurre Cuisse de poulet rôti VF Gratin de chou-fleur & pommes de terre Fromage Yaourt vanille BIO	Macédoine Sauté de mouton BIO VF à l'Orientale Semoule Fromage Fruit	Œufs durs mayonnaise Lasagnes saumon-épinards Fromage Mousse chocolat BIO	Salade Cow-boy Rôti de porc VF Beignets de courgettes Fromage Fromage blanc BIO & sucre	Soupe de légumes Egrené de pois BIO à la tomate Riz Fromage AOP Fruit BIO	Salade du sud Ouest Aile de raie au beurre blanc Cœur de fenouil Fromage Dessert
11 mars	12 mars	13 mars	14 mars	15 mars	16 mars
Melon d'hiver Rosbeef avec moutarde VF Petits pois BIO Fromage Crème chocolat BIO & biscuit BIO	Carottes râpées BIO vinaigrette Gratin de poisson Gnocchis BIO Fromage Yaourt aux fruits BIO	Pamplemousse Colombo de dinde IGP Patate douce au four Fromage Pomme cuite au caramel	Saucisson Veau BIO aux olives Pâtes BIO Fromage Fruit	Crêpes au fromage Boules au bœuf BIO VF sauce moutarde Carottes BIO au beurre Fromage Ananas frais	Potage aux champignons Picoussel Aligot Fromage Dessert
18 mars	19 mars	20 mars	21 mars	22 mars	23 mars
Taboulé Filet de cabillaud sauce safranée Printanière Fromage BIO Fruit	Jambon cru Tortellini de bœuf à l'Italienne & râpé Fromage Compote BIO	Bouillon de pâtes Paupiettes de veau au poivre vert Purée de potiron Fromage Fruit	Assiette du jardinier Tartiflette Fromage Viennois vanille	Betteraves BIO Escalopes Viennoise VF Haricots beurrés BIO Fromage BIO Fruit	Salade "Carnaval" Lapin au four VF Brocolis BIO au beurre Fromage Dessert
25 mars	26 mars	27 mars	28 mars	29 mars	30 mars
Mélange Coleslaw Omelette BIO Gratin de courgettes BIO Fromage Tarte aux pommes BIO	Chou-fleur BIO "Mimosa" Wings de poulet VF Purée BIO Fromage Dessert	Salade de pois-chiches à la Libanaise Emincé de bœuf au sésame Flan de légumes du soleil Fromage, fruit BIO	Salade verte BIO & dés de cantal Civet de porc BIO Coquillettes BIO Fromage Yaourt nature BIO & sucre	Poireaux vinaigrette Cubes de colin pané aux céréales Haricots verts BIO sautés Fromage AOP Fruit	Tarte aux 3 fromages Andouillette VF Endives braisées Fromage Dessert

Salade du Sud-Ouest : Salade frisée, croûtons, dés de jambon, tomates cerises, vinaigrette Balsamique **Picoussel** : spécialités Aveyronnaise, galette à base de pain, œufs et blettes

Assiette du jardinier : Champignons, maïs, salade Iceberg **Salade Carnaval** : pâtes pépinettes, carottes râpées, maïs, petits pois, vinaigrette **Pois chiches à la Libanaise** : pois-chiches, brunoise de légumes, boulgour, raisins secs vinaigrette

BIO : Produit issu de l'agriculture biologique

VF : Viande et volaille Française

AOP : Appellation d'Origine Contrôlée

 : Produit local

 : Produit régional

 : Pêche durable (MSC)

IGP : Indication Géographique Protégée

 : Cuisiné par nos chefs

 : Préparation à base de porc

Ma cuisine a du goût !

Des menus équilibrés et variés cuisinés avec des produits de qualité

Les produits utilisés sont garantis sans OGM par nos fournisseurs. Les fruits et légumes frais sont locaux et de saison. La majorité des viandes et volailles est d'origine française. Le poisson surgelé est issu de la pêche durable. Les laitages et les fromages sont le plus souvent bio.

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

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

