

Menu Repas à domicile – du 04 au 30 novembre 2024

Lundi 04 novembre	Mardi 05 novembre	Mercredi 06 novembre	Jeudi 07 novembre	Vendredi 08 novembre	Samedi 09 novembre
Melon d'hiver Omelette fromage Gratin carottes & brocolis Liégeois vanille Brownie	Charcuterie Rôti de dinde aux champignons VF Gnocchis BIO Fromage Fruit	Pamplemousse Merguez à la tomate VF Semoule Fromage Yaourt vanille	Velouté de Potiron Jambon braisé VF Purée Fromage BIO Ananas frais	Endives & maïs sauce crudités Filet de poisson au four Ratatouille Fromage Biscuit BIO Fromage blanc BIO + sucre	Salade Marco Polo Foie de veau en persillade Epinards à la crème Fromage Dessert
11 novembre FERIE	12 novembre	13 novembre	14 novembre	15 novembre	16 novembre
Pâté en croûte Lapin aux pruneaux VF Pommes sautées Fromage Dessert	Betteraves BIO Raviolis & râpé Fromage Fruit BIO	Taboulé Rosbeef & Moutarde VF Salsifis à la tomate Fromage Fruit	Salade verte & dès d'emmental Œufs durs Gratin choux fleurs et Pommes de terre Fromage Pêches au sirop	Radis & beurre Poisson pané & citron Purée de potiron Fromage Crème dessert chocolat BIO	Tarte aux poireaux Choucroute (Charcuterie, chou, pommes de terre) Fromage Dessert
18 novembre	19 novembre	20 novembre	21 novembre	22 novembre	23 novembre
Salade gourmande Civet de dinde IGP Polenta Fromage Fruit	Salade Cow-boy Wings de poulet Printanière de légumes Fromage Yaourt fruits mixés BIO	Mousse de canard VF Thon à la moutarde Riz Fromage Salade de fruits Maison	Carottes râpées Rôti de porc au jus Haricots beurrés BIO Fromage BIO Crêpe & pâte à tartiner	Mélange coleslaw Blanquette de veau BIO Pâtes BIO Fromage Yaourt nature BIO & sucre	Velouté de poireaux Saumonette en bourride & Pommes vapeur Fromage Pâtisserie
25 novembre	26 novembre	27 novembre	28 novembre	29 novembre	30 novembre
Velouté de légumes Escalope viennoise VF Haricots verts BIO Fromage Yaourt brassé nature BIO & sucre	Salade verte & dès de mimolette Filet de limande sauce citron Riz printanier Fromage, Compote BIO	Pizza Poulet BIO rôti VF Rôtis de légumes Fromage Fruit	Assiette de crudités Chipolatas BIO Lentilles BIO Fromage Fromage frais aux fruits BIO	Crêpe à l'emmental Bœuf BIO en daube Carottes BIO au beurre Fromage Fruit	Escargots de mer & aioli Côte de porc au jus Choux de Bruxelles Fromage Dessert

Salade Gourmande : Salade frisée, cantal, jambon, œuf dur, vinaigrette balsamique **Assiette de crudités** : betteraves et carottes râpées, maïs, vinaigrette

Salade Cow-boy : Salade verte, tomates, maïs, croûtons, vinaigrette **Salade Marco Polo** : Farfalles, surimi, petits pois, sauce cocktail



: Menu végétarien

VF : Viande et volaille Française

AOP : Appellation d'Origine Contrôlée



: Produit local



: Produit régional

BIO : Produit issu de l'agriculture biologique



: Pêche durable (MSC)

IGP : Indication Géographique Protégée



: Cuisiné par nos chefs



: Préparation à base de 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 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
- Saint Laurent d'Aigouze, CCAS : 04 66 88 10 11

