




# Menu Repas à domicile – du 8 juillet au 3 août 2024

Lundi 8 juillet	Mardi 9 juillet	Mercredi 10 juillet	Jeudi 11 juillet	Vendredi 12 juillet	Samedi 13 juillet
Céleris mayonnaise  Lasagnes au saumon  - Fromage <b>BIO</b>  Melon 	Concombres vinaigrette  Poulet rôti <b>BIO VF</b>  Haricots beurrés <b>BIO</b> Fromage Brownie & crème anglaise	Tarte 3 fromages Paleron de bœuf <b>VF</b>  sauce tomate aux câpres Chou-fleur <b>BIO</b> sauté  Fromage <b>BIO</b>  Fruit 	Assiette du jardinier  Filet mignon <b>VF</b>  à l'ananas, riz Fromage Fromage blanc <b>BIO</b> & sucre	Lentilles <b>BIO</b> vinaigrette Omelette au fromage Purée de carottes Fromage Yaourt aux fruits mixés <b>BIO</b>	Salade Marco Polo  Andouillette <b>VF</b>  Aubergines à la tomate  Fromage Dessert
15 juillet	16 juillet	17 juillet	18 juillet	19 juillet	20 juillet
Pizza Rôti de veau sauce moutarde Haricots verts <b>BIO</b> Fromage Fruit	Betteraves <b>BIO</b> & maïs Boulettes d'agneau  à l'Orientale Semoule Fromage Crème chocolat <b>BIO</b>	Œufs durs & mayonnaise Quenelles sauce tomate  Rôsti de légumes <b>BIO</b> Fromage  Fruit 	Tomates mozzarella et basilic Rôti de porc <b>VF</b>  Petits pois <b>BIO</b> au beurre Fromage Ile-flottante 	Carottes râpées  Seiches à la Sétoise  Blé Fromage <b>BIO</b> Compote <b>BIO</b>	Macédoine mayonnaise Macaronade <b>VF</b>  à la Provençale Fromage Dessert
22 juillet	23 juillet	24 juillet	25 juillet	26 juillet	27 juillet
Salade Cow-boy Wings de poulet <b>VF</b> Blettes <b>BIO</b> à la crème  Fromage Beignet	Melon  Tajine de mouton <b>BIO VF</b>  Gnocchis <b>BIO</b> Fromage Yaourt <b>BIO</b> nature & sucre	Bouchées à la Reine  Poisson pané & citron  Courgettes sautées  Fromage Banane <b>BIO</b>	Pâté en croûte de volaille  Légumes farcis  Riz  Fromage  Fruit 	Taboulé  Moussaka maison <b>VF</b>  Fromage Fruit 	Salade frisée & dés de roquefort et graines  Cuisse de poule confite <b>VF</b>  Haricots blancs façon cassoulet  Fromage Dessert
29 juillet	30 juillet	31 juillet	1 <sup>er</sup> août	2 août	3 août
Pêche au thon  Spaghetti Bolognaise <b>VF</b>  & râpé Fromage Fruit 	Salade verte  dés de fromage Cordon bleu Poêlée ratatouille Fromage Tarte au flan	Pastèque  Rosbeef sauce tartare <b>VF</b>  Printanière de légumes Fromage Fromage frais aux fruits <b>BIO</b>	Salade de tomates et pois chiches  Saucisse  Flan de courgettes  Fromage  Yaourt vanille <b>BIO</b>	Haricots verts vinaigrette  Cabillaud en aioli  Pommes de terre  Fromage <b>BIO</b>  Fruit 	Quiche Lorraine  Civet de rognons de veau <b>VF</b>  Purée de céleris Fromage Dessert

**Salade Marco Polo** : Pâtes (papillons), poivrons rouges et verts, olives noires, sauce cocktail **Assiette du jardinier** : carottes râpées, courgettes râpées, tomates cerise **Salade Cow-boy** : salade verte, croûtons, mimolette, tomates, vinaigrette **Macaronade** : spécialité traditionnelle composée de pâtes (macaronis) et d'un mélange particulier de joue de porc, de saucisse et de sauce tomate



: 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](mailto: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

