

Menu Repas à domicile – du 2 au 28 septembre 2024

Lundi 2 septembre	Mardi 3 septembre	Mercredi 4 septembre	Jeudi 5 septembre	Vendredi 6 septembre	Samedi 7 septembre
Lentilles BIO vinaigrette Wings de poulet VF Purée de carottes BIO Fromage Fromage blanc BIO & sucre	Concombres vinaigrette Boules au bœuf BIO à la tomate Pâtes BIO & emmental râpé Fromage Abricots au sirop	Macédoine mayonnaise Rôti de dinde VF sauce curry Potatoes Fromage Fruit	Terrine de thon & mayonnaise Sauté de porc BIO Gnocchis BIO Fromage Melon	Carottes râpées Gratin de poisson Printanière de légumes Fromage BIO Compote BIO	Chou-fleur BIO vinaigrette Saucisse VF Flageolets Fromage Dessert
9 septembre	10 septembre	11 septembre	12 septembre	13 septembre	14 septembre
Crêpe au fromage Escalope Viennoise VF Gratin de blettes Fromage Banane BIO	Tomates & mozzarella Gardianne de taureau BIO Riz de Camargue IGP Fromage Fougasse d'Aigues-Mortes	Mousse de canard Filet de cabillaud sauce citron Rôsti de légumes Fromage Fruit	Pamplemousse & sucre Chipolatas BIO VF Petits pois BIO au beurre Fromage BIO Ananas frais	Salade verte & dés de fromage Paupiette de veau à la tomate VF Polenta Fromage Crème chocolat BIO	Salade Estivale Rouille Graulenne (Poulpe et pommes de terre) Fromage Dessert
16 septembre	17 septembre	18 septembre	19 septembre	20 septembre	21 septembre
Céleris mayonnaise Veau BIO aux champignons Coquillettes BIO Fromage AOP Fruit BIO	Pizza Nuggets VF Haricots beurrés BIO Fromage Yaourt aux fruits mixés BIO & biscuit BIO	Betteraves BIO Brochette de dinde VF marinée romarin Rizotto Fromage Salade de fruits d'été	Melon jaune Rôti de porc au jus VF Duo de carottes BIO au beurre Fromage BIO Tarte Normande	Salade Cow-boy Filet de limande sauce Nantua Pommes vapeur Fromage Liégeois vanille	Charcuterie Coq au vin Salsifis Fromage Dessert
23 septembre	24 septembre	25 septembre	26 septembre	27 septembre	28 septembre
Taboulé et concombres Cubes de colin 3 céréales Gratin de chou-fleur et pommes de terre Fromage Fromage frais aux fruits BIO	Bouillon vermicelles Tortilla aux pommes de terre Poêlée ratatouille Yaourt nature BIO & sucre Fruit	Houmous Cuisse de poulet rôti VF IGP Haricots verts BIO aux champignons Fromage, fruit BIO	Salade verte BIO & tomates cerises Jambon braisé au porto VF , purée BIO Fromage Flan vanille BIO	Crudités variées Rosbeef & moutarde VF Beignets de courgettes Fromage IGP Mousse chocolat BIO	Salade Fermière Cailles VF aux petits oignons Brocolis BIO au beurre Fromage Dessert

Salade Estivale : haricots verts, pois-chiches, poivrons verts, vinaigrette balsamique **Houmous** : purée de pois chiches, épices **Salade Cow-boy** : salade verte, croûtons, maïs, tomates, vinaigrette **Crudités variées** : carottes râpées, concombre, maïs sauce crudité **Salade Fermière** : pommes de terre, dés de fromage, petits pois, dés d'épaule, vinaigrette Balsamique

 : 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

