CIAS DU SIVOM NARBONNE RURAL
Du lundi 7 juillet 2025 Au dimanche 13 juillet 2025

SEMAINE 28

MENU MIDI

MENU A RESTITUER AVANT VENDREDI 20 JUIN

	LUNDI 7/07	MARDI 8/07	MERCREDI 9/07	JEUDI 10/07	VENDREDI 11/07	SAMEDI 12/07	DIMANCHE 13/07
ENTREE	Pâtes BIO Dionysos (concombres, tomates, poivrons, olives, féta) ☐ *ou* Céleri rémoulade ☐	Haricots blancs ravigote ☐ *ou* Betteraves BIO vinaigrette ☐	Macédoine de légumes ☐ *ou* Cake poivrons mozzarella ☐	Rillettes de thon ☐ *ou* Tomates en salade ☐	Salade verte ☐ *ou* Pâté de foie ☐	Concombres en salade ☐ *ou* Sardine au citron ☐	Rillettes du Mans ☐ *ou* Feuilleté au chèvre ☐
PLAT	Pavé de hoki sauce estragon ☐ *ou* Steak haché sauce brune ☐	Emincé de dinde au jus ☐ *ou* Jambon blanc Supérieur ☐	Longe de porc à la Lyonnaise ☐ *ou* Poisson meunière ☐	Poulet sauce aigre douce ☐ *ou* Tarte Méditerranéenne ☐	Moules marinière ☐ *ou* Tortilla ☐	Boules d'agneau sauce aux olives ☐ *ou* Croque monsieur maison ☐	Filet mignon de porc sauce miel moutarde ☐ *ou* Cœur de merlu au vin blanc ☐
GARNITURE	Carottes vichy ☐ *ou* Boulgour ☐	Ratatouille ☐ *ou* Purée ☐	Lentilles ménagère ☐ *ou* Epinards à la crème ☐	Riz pilaf ☐ *ou* Aubergines grillées ☐	Pommes dauphine ☐ *ou* Haricots plats persillés ☐	Pâtes BIO ☐ *ou* Brocolis persillés ☐	Galettes de légumes ☐ *ou* Courgettes au basilic ☐
FROMAGE	Gouda à la coupe ☐ *ou* Yaourt aromatisé ☐	Tomme noire ☐ *ou* Petit moulé aux noix ☐	Bûche du Pilat à la coupe ☐ *ou* Tartare nature ☐	Saint Nectaire AOP ☐ *ou* Le carré ☐	Mimolette à la coupe ☐ *ou* Yaourt aux fruits BIO ☐	Bonbel ☐ *ou* Petit suisse nature ☐	Fromage à la coupe ☐ *ou* Yaourt nature ☐
DESSERT	Purée pomme poire BIO ☐ *ou* Mousse au café ☐	Fromage blanc ☐ *ou* Fruit de saison ☐	Liégeois au chocolat ☐ *ou* Cocktail de fruits au sirop léger ☐	Fruit de saison BIO ☐ *ou* Semoule au lait ☐	Entremet Tiramisu ☐ *ou* Fruit de saison ☐	Fruit de saison BIO ☐ *ou* Mousse au chocolat ☐	Crumble fraise framboise ☐ *ou* Poire au sirop léger ☐

Produit en Occitanie — Viandes de France ou UE — Produit issu de l'Agriculture Biologique — Fait maison

TEL : 04 68 45 59 10
Du lundi au vendredi de 7h à 14h.
MAIL : service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr

NOM :.....

Commune :.....

CIAS NARBONNE RURAL
L'accompagnement à domicile

CIAS DU SIVOM NARBONNE RURAL
Du lundi 7 juillet 2025 Au dimanche 13 juillet 2025

SEMAINE 28

MENU SOIR

MENU A RESTITUER AVANT VENDREDI 20 JUIN

	LUNDI 7/07	MARDI 8/07	MERCREDI 9/07	JEUDI 10/07	VENDREDI 11/07	SAMEDI 12/07	DIMANCHE 13/07
ENTREE	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) ou Surimi mayonnaise	Potage Cultivateur (carottes, oignons, pdt) ou Œufs durs mayonnaise	Velouté poireaux pommes de terre ou Jambon blanc Supérieur	Soupe de légumes (poireaux, carottes, céleri rave, chou fleur, pdt) ou Cœurs de palmier vinaigrette	Crème de cresson ou Salade coleslaw	Potage Fermier (choux de Bruxelles, carottes, oignons, pdt) ou Salade verte	Soupe du Marché (navet, oignon, carotte, lentilles, pdt) ou Pâté de foie
PLAT	Saucisse de Strasbourg ou Crousti fromage	Omelette ou Dos de colin sauce Armoricaine	Dos de lieu sauce crevettes ou Samossas aux légumes	Jambon blanc Supérieur ou Coquille de la mer	Dos de cabillaud Marinière ou Fricadelle de bœuf au jus	Saucisse Catalane braisée ou Escalope végétale panée	Steak végétal sauce beurre blanc ou Crêpe aux fruits de mer maison
GARNITURE	Pâtes BIO ou Tomate en persillade	Mijoté de haricots blancs ou Haricots beurre aux aromates	Julienne de légumes ou Polenta	Chou fleur persillé ou Pâtes BIO	Fondue de poireaux ou Semoule	Poêlée de champignons ou Purée	Riz créole ou Ratatouille
FROMAGE	Saint Nectaire AOP ou Vache picon	Samos ou Bleu douceur	Chantaillou ail et fines herbes ou Emmental	Brebicrème ou Saint Paulin	Gouda ou Saint Môret	Cantafrais ou Camembert	Tomme noire ou Petit moulé aux noix
DESSERT	Fruit de saison ou Yaourt nature	Petit suisse nature ou Purée de pommes	Flan vanille nappé caramel ou Fruit de saison	Crème dessert caramel ou Fruit de saison	Petit suisse aux fruits ou Fruit de saison	Compote pomme cassis ou Crème dessert vanille	Fruit de saison ou Fromage blanc

Produit en Occitanie — Viandes de France ou UE — Produit issu de l'Agriculture Biologique — Fait maison

NOM :.....

Commune :.....

TEL : 04 68 45 59 10
Du lundi au vendredi de 7h à 14h.
MAIL : service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr