

# 🌀 Livret d'Accueil 🌀

**Repas livrés en liaison froide**

**PORTAGES à domicile**

**2019**



# Introduction

Nous vous remercions d'avoir choisi OCCITANIE-RESTAURATION pour vos portages de repas à domicile sur la commune de Villefranche-de-Lauragais, ainsi que sur les communes ayant passé un accord avec le CCAS de Villefranche-de-Lauragais.

Ces repas peuvent être demandés 7 jours sur 7 et 365 jours par an, ou sur une autre fréquence de livraison selon vos souhaits.

Vous trouverez ci-après un livret d'accueil vous indiquant les informations relatives à notre mode de fonctionnement.

Nous nous tenons à votre entière disposition pour répondre à vos éventuelles interrogations.

# Le fonctionnement administratif

Afin que notre prestation se passe au mieux, vous trouverez ci-après les coordonnées de vos principaux interlocuteurs et des précisions sur le fonctionnement administratif de vos prises de commandes :

## Vos contacts au CCAS de VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS



[ccas@mairie-villefranchedelauragais.fr](mailto:ccas@mairie-villefranchedelauragais.fr)

Mairie de VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

CCAS

134, Rue de la République

31290 VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

05.34.43.31.61

## La prise de commande et la livraison

La **prise de commande** s'effectue auprès du CCAS de VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS.

Afin de vous servir au mieux, nous demandons à avoir vos commandes de repas la semaine qui précède pour la semaine suivante. Une rectification est possible jusqu'à 48h avant le jour de livraison prévu (jours ouvrés).

Notre **fonctionnement de livraison** est le suivant :

JOUR DE LIVRAISON	JOUR DE CONSOMMATION
LUNDI	LUNDI
MARDI	MARDI
MERCREDI	MERCREDI
JEUDI	JEUDI ET VENDREDI
SAMEDI	SAMEDI ET DIMANCHE

Pour qu'il n'y ait pas de retard, pour des raisons de circulation ou d'intempéries, nous livrons les repas par anticipation. De même, afin que vous ayez vos repas les week-ends et jours fériés, nous livrons à l'avance.

Les repas livrés à l'avance sont frais et la date limite de consommation est fiable et régulièrement testée.

Nous sommes agréés par les services vétérinaires (N°agrément FR 81-289-001 CE) et nous livrons des collectivités publiques, ce qui est une garantie pour vous de notre rigueur en termes de DLC.

Il n'y a pas de livraison les jours fériés, cependant elles sont anticipées ce qui vous permet de consommer vos repas sans interruption toute l'année.

En cas d'absence au moment de la livraison, le livreur a pour consigne de ne pas laisser le repas.

Nous vous rappelons que, si cela n'est pas nécessaire, nous préférons que les livreurs restent à l'extérieur de votre domicile.

Cependant, vous pouvez si vous le souhaitez, autoriser le livreur d'Occitanie-Restoration à entrer dans votre logement afin de déposer les repas, déchargeant ainsi Occitanie-Restoration de toute responsabilité.

Vous pouvez aussi si vous le souhaitez confier la clé de votre domicile à Occitanie-Restoration pour les livreurs déchargeant ainsi Occitanie-Restoration de toute responsabilité.

**Exceptionnellement en cas d'absence vous pouvez laisser une glacière avec pains de glace**

# **IMPORTANT !**

**Si vous rencontrez un problème à la livraison**

**merci de contacter directement le :**

**05 34 43 31 61**

# Les menus

Les menus sont établis par notre diététicienne diplômée d'État selon les recommandations du Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et Nutrition (G.E.M.R.C.N).

Nos menus sont donc équilibrés, ils tiennent compte des besoins nutritionnels des adultes, de leurs goûts et de leurs habitudes alimentaires.

Nos menus sont composés :

## **POUR LES REPAS DU MIDI :**

- d'une entrée (crudité, cuidité, charcuterie ou entrée chaude)
  - d'une protéine (viande, poisson ou œuf)
  - d'un légume ou féculent ou mixte
  - d'un fromage ou d'un laitage
  - d'un dessert (pâtisserie, fruit ou compote)
- et un petit pain

## **POUR LES REPAS DU SOIR :**

- d'une protéine (viande, poisson ou œuf)
  - d'un légume ou féculent ou mixte
  - d'un fromage ou d'un laitage
  - d'un dessert (pâtisserie, fruit ou compote)
- et un petit pain

Notre livreur vous transmettra sur demande les menus.

Les commandes de repas spécifiques sont possibles : sans sel, diabétique, sans résidus

## EXEMPLES DE REPAS DU MIDI

OCCITANIE RESTAURATION						
Menus du 13 au 19 Mai 2019 - MIDI - NORMAL						
13-mai	14-mai	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Crudités aux achards	Museau de porc vinaigrette	Tarte au fromage	Radis beurre	Concombre nature	Tomates	Pâté en croûte
Paupiette de dinde sauce champêtre	Sauté de veau marsengo	Filet de poulet au jus	Bœuf bourguignon	Poisson meunier	Echine de porc sauce fermière	Couscous pilon de poulet
Haricots plats persillés	Potée mélange/jardinière	Choux fleurs persillés	Macaronis	Crèmeux polenta	Purée de pomme de terre	Légumes du couscous + semoule
Emmental	Flan nappé caramel	Tome blanche	Fromage	Suisse sucré	Mont de Lacaux	Mi-chèvre
Pêche au sirop	Kiwi	Paris Brest	Ile gourmande	Banane	Compote poire	Gâteau pomme noix
Menus du 20 au 26 Mai 2019 - MIDI - NORMAL						
20-mai	21-mai	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Salami	Crêpe au fromage	Carottes râpées vinaigrette	Céleri rémoulade	Taboulé	Surimi + stick de mayonnaise	Cœur d'artichaut
Haché de bœuf sauce échalote	Filet de poulet sauce niçoise	Blanquette de veau à l'ancienne	Mignonnette d'agneau à l'abricot	Colin sauce basilic	Rôti de porc au jus	Cuisse de canette aux olives
Pommes Rôsti de légumes	Ratatouille	Riz	Semoule	Potée polvrons et courgettes	Potée sautifs carottes	Tagliatelles
Comté	Emmental	Crème caramel	Fromage	Yaourt sucré	Suisse aromatisé	Cantal
Compote pomme framboise	Mousse café	Banane	Muffin au chocolat	Raisins	Mousse citron	Tarte au chocolat
Menus du 27 Mai au 2 Juin 2019 - MENU DU MIDI - NORMAL						
27-mai	28-mai	29-mai	30-mai	31-mai	01-juin	02-juin
Betterave vinaigrette	Salade farandole	Samoussa au poulet	Melon	Pâté de campagne	Coleslaw	Feuilleté du pêcheur
Sauté de dinde sauce forestière	Rôti de veau au jus	Boudin noir	Rôti de bœuf à la provençale	Poisson poilé au beurre	Grignottine de porc sauce fermière	Sauté de canard aux champignons
Coquillettes	Petits pois	Potée méridionale	Semoule	Choux fleurs persillés	Epinards béchamel	Haricots verts
Gouda	Semoule au lait	Camembert	Mimolette	Suisse sucré	Tome blanche	Brebis crème
Abricot au sirop	Compote de pêche	Eclair vanille	Raisins	Poire cuite	Banane	Brownie
Menus du 3 au 9 Juin 2019 - MENU DU MIDI - NORMAL						
03-juin	04-juin	05-juin	06-juin	07-juin	08-juin	09-juin
Crêpe aux champignons	Céleri rémoulade	Nem au poulet	Salade marco polo	Tomates	Navet rémoulade	Salade de pommes de terre et hareng fumé
Aiguillette de poulet basquaise	Goulash de bœuf	Omelette	Colin sauce catalane	Paille au poulet	Saucisse de Toulouse	Aros de veau
Potée du marché	Coquillettes	Haricots beurre	Brunoise de légumes	***	Lentilles	Potée brocolis et champignons
Yaourt sucré	Emmental	Crème dessert vanille	Cantal	Saint Nectaire	Edam	Vache picon
Pêche au sirop	Kiwi	Quatre quart	Abricot	Nectarine	Compote pomme mirabelle	Tarte aux pommes

BON APPETIT!  
Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.

## EXEMPLES DE REPAS DU MIDI DIABETIQUE

OCCITANIE RESTAURATION						
Menus du 13 au 19 Mai 2019 - MIDI - DIABETIQUE						
13-mai	14-mai	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Crudités aux achards	Museau de porc vinaigrette	Tarte au fromage	Radis beurre	Concombre nature	Tomates	Pâté en croûte
Paupiette de dinde sauce champêtre	Sauté de veau marsengo / Semoule	Filet de poulet au jus	Bœuf bourguignon	Poisson meunier	Echine de porc sauce fermière	Couscous pilon de poulet
Haricots plats persillés/ Riz	Potée mélange/jardinière	Choux fleurs persillés/ ***	Macaronis/ Julienne de légumes	Crèmeux polenta/ Ratatouille	Purée de pomme de terre / Haricots verts	Légumes du couscous + semoule
Emmental	Fromage blanc nature	Tome blanche	Fromage	Yaourt édulcoré	Mont de Lacaux	Mi-chèvre
Pêche au naturel	Kiwi	Entremet s/sucre	Purée pomme fraise	Banane	Purée poire	Gâteau pomme noix
Menus du 20 au 26 Mai 2019 - MIDI - DIABETIQUE						
20-mai	21-mai	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Salami	Salade de betterave nature	Carottes râpées vinaigrette	Céleri rémoulade	Taboulé	Surimi + stick de mayonnaise	Cœur d'artichaut
Haché de bœuf sauce échalote	Filet de poulet sauce niçoise	Blanquette de veau à l'ancienne	Mignonnette d'agneau à l'abricot	Colin sauce basilic	Rôti de porc au jus	Cuisse de canette aux olives
Pommes Rôsti de légumes / Haricots plats persillés	Ratatouille / Macaronis	Riz / Blanches	Semoule / Légumes tajine	Potée polvrons et courgettes / ***	Potée sautifs carottes / Blé	Tagliatelles / Haricots verts
Comté	Emmental	Yaourt édulcoré	Fromage	Yaourt nature	Suisse nature	Cantal
Purée pomme fraise	Purée pomme coing	Banane	Entremet s/sucre	Raisins	Purée pomme	Tarte au chocolat
Menus du 27 Mai au 2 Juin 2019 - MENU DU MIDI - DIABETIQUE						
27-mai	28-mai	29-mai	30-mai	31-mai	01-juin	02-juin
Betterave vinaigrette	Salade farandole	Samoussa au poulet	Melon	Pâté de campagne	Coleslaw	Feuilleté du pêcheur
Sauté de dinde sauce forestière	Rôti de veau au jus	Boudin noir	Rôti de bœuf à la provençale	Poisson poilé au beurre	Grignottine de porc sauce fermière	Sauté de canard aux champignons
Coquillettes/ Endives braisées	Petits pois/ Carottes braisées	Potée méridionale/ Pommes de terre persillées	Semoule/ Navets braisés	Choux fleurs persillés / Polenta	Epinards béchamel / Blé	Haricots verts/ ***
Gouda	Faiselle	Camembert	Mimolette	Suisse nature	Tome blanche	Brebis crème
Abricot au naturel	Purée de pêche	Purée pomme fraise	Raisins	Poire cuite	Banane	Brownie
Menus du 3 au 9 Juin 2019 - MENU DU MIDI - DIABETIQUE						
03-juin	04-juin	05-juin	06-juin	07-juin	08-juin	09-juin
Crêpe aux champignons	Céleri rémoulade	Nem au poulet	Salade marco polo	Tomates	Navet rémoulade	Salade de pommes de terre et hareng fumé
Aiguillette de poulet basquaise	Goulash de bœuf	Omelette	Colin sauce catalane	Paille au poulet	Saucisse de Toulouse	Aros de veau
Potée du marché/ ***	Coquillettes/ Carottes braisées	Haricots beurre/ ***	Brunoise de légumes/ ***	Haricots verts	Lentilles / Ratatouille	Potée brocolis et champignons
Yaourt nature	Emmental	Suisse nature	Cantal	Saint Nectaire	Edam	Vache picon
Pêche au naturel	Kiwi	Purée pomme fraise	Abricot	Nectarine	Purée de poire	Tarte aux pommes

BON APPETIT!  
Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.

## EXEMPLES DE REPAS DU MIDI SANS SEL

OCCITANIE RESTAURATION						
Menus du 13 au 19 Mai 2019 - MIDI - SANS SEL						
13-mai	14-mai	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Carottes râpées nature	Jambon s/sel	Salade de pâtes nature	Radis beurre	Concombre nature	Tomates	Fond d'artichauts
Paupiette de dinde sauce champêtre	Sauté de veau marengo	Filet de poulet au jus	Bœuf bourguignon	Colin rondelle de citron	Sauté de porc au jus	Couscous pilon de poulet
Haricots plats persillés	Poêlée mélange jardinière	Choux fleurs persillés	Macaronis	Crèmeux polenta	Purée de pomme de terre	Légumes du couscous + semoule
Emmental	Flan nappé caramel	Tome blanche	Fromage	Suisse sucré	Mont de Lacauze	Mi-chèvre
Flèche au sirop	Klief	Paris Brest	Île gourmande	Banane	Compote poire	Gâteau pomme noir
Menus du 20 au 26 Mai 2019 - MIDI - SANS SEL						
20-mai	21-mai	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Thon s/sel	Salade de betterave nature	Carottes râpées nature	Céleri s/sel	Taboulé s/sel	Salade de blé nature	Cœur d'artichaut
Haché de bœuf sauce échalote	Filet de poulet sauce niçoise	Blanquette de veau à l'ancienne	Rôti de bœuf au jus	Colin sauce basilic	Rôti de porc au jus	Cuise de canette au jus
Pommes vapeur	Ratatouille	Riz	Semoule	Poêlée polivrons et courgettes	Poêlée sautifs carottes	Tagliatelles
Comté	Emmental	Crème caramel	Fromage	Yaourt sucré	Suisse armoisé	Cantal
Compote pomme framboise	Mousse café	Banane	Muffin au chocolat	Raisins	Mousse citron	Tarte au chocolat
Menus du 27 Mai au 2 Juin 2019 - MENU DU MIDI - SANS SEL						
27-mai	28-mai	29-mai	30-mai	31-mai	01-juin	02-juin
Betterave nature	Concombre nature	Salade de pommes de terre nature	Melon	Jambon blanc s/sel	Carottes râpées nature	Taboulé s/sel
Sauté de dinde sauce forestière	Rôti de veau au jus	Rôti de porc au jus	Rôti de bœuf à la provençale	Colin rondelle de citron	Sauté de porc sauce poivre	Sauté de canard aux champignons
Coquillettes	Petits pois	Poêlée méridionale	Semoule	Choux fleurs persillés	Epinards béchamel	Haricots verts
Gouda	Semoule au lait	Camembert	Mimolète	Suisse sucré	Tome blanche	Braisés crème
Abricot au sirop	Compote de pêche	Eclair vanille	Raisins	Poire cuite	Banane	Brownie
Menus du 3 au 9 Juin 2019 - MENU DU MIDI - SANS SEL						
03-juin	04-juin	05-juin	06-juin	07-juin	08-juin	09-juin
Thon s/sel	Céleri vinaigrette s/sel	Betterave nature	Salade de pâtes nature	Tomates	Chou rouge s/sel	Salade de pomme de terre nature
Aiguillette de poulet bœwaise	Goulish de bœuf	Omelette s/sel	Colin sauce catalane	Filet de poulet au jus	Rôti de porc au jus	Asso de veau
Poêlée du marché	Coquillettes	Pommes vapeur	Brunoise de légumes	Riz safrané	Lentilles	Poêlée brocolis et champignons
Yaourt sucré	Emmental	Crème dessert vanille	Cantal	Saint Nectaire	Edem	Vache picoron
Flèche au sirop	Klief	Quatre quart	Abrirot	Nectarine	Compote pomme mirabelle	Tarte aux pommes

BON APPETIT  
Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.

## EXEMPLES DE REPAS DU MIDI SANS RESIDU

OCCITANIE RESTAURATION						
Menus du 13 au 19 Mai 2019 - MIDI - SANS RESIDUS						
13-mai	14-mai	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Rosette	Jambon blanc	Salade de pâtes nature	Surimi	Pâté coupelle	Œuf dur vinaigrette	Pâté coupelle
Escalope de dinde au jus	Sauté de veau au jus	Filet de poulet au jus	Sauté de bœuf au jus	Colin rondelle de citron	Sauté de porc au jus	Couscous pilon de poulet
Riz	Semoule	Carottes vapeur	Macaronis	Polenta	Carottes vapeur	Semoule
Emmental	Fromage blanc nature	Tome blanche	Fromage	Suisse sucré	Mont de Lacauze	Mi-chèvre
Pâté beurre + confiture	Compote de pommes	Madalaine	Gâteau roulé	Banane	Compote de pomme banane	Bavarois chocolat
Menus du 20 au 26 Mai 2019 - MIDI - SANS RESIDUS						
20-mai	21-mai	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Safari	Salade de pomme de terre nature	Surimi	Salade de pomme de terre nature	Taboulé	Surimi	Mousse de canard
Haché de bœuf au jus	Filet de poulet au jus	Sauté de veau au jus	Rôti de bœuf au jus	Colin court bouillon	Rôti de porc au jus	Cuise de canette au jus
Pommes vapeur	Macaronis	Riz	Semoule	Carottes vapeur	Carottes vapeur	Tagliatelles
Comté	Emmental	Yaourt sucré	Fromage	Yaourt sucré	Suisse armoisé	Cantal
Purée pomme banane	Purée pomme coing	Banane	Muffin au chocolat	Purée pomme	Purée pomme coing	Bavarois chocolat
Menus du 27 Mai au 2 Juin 2019 - MENU DU MIDI - SANS RESIDUS						
27-mai	28-mai	29-mai	30-mai	31-mai	01-juin	02-juin
Œuf dur	Thon	Salade de pâtes nature	Surimi	Pâté de campagne	Salade de riz nature	Taboulé
Sauté de dinde au jus	Rôti de veau au jus	Rôti de porc au jus	Rôti de bœuf au jus	Colin rondelle de citron	Sauté de porc au jus	Filet de poulet au jus
Coquillettes	Carottes vapeur	Carottes vapeur	Semoule	Polenta	Biz	Pommes vapeur
Gouda	Emmental	Tome noire	Mimolète	Suisse sucré	Tome blanche	Comté
Banane	Pâte de fruits	Madalaine	Compote pomme coing	Pâté beurre	Banane	Bavarois chocolat
Menus du 3 au 9 Juin 2019 - MENU DU MIDI - SANS RESIDUS						
03-juin	04-juin	05-juin	06-juin	07-juin	08-juin	09-juin
Thon vinaigrette	Œuf dur	Surimi	Salade de pâtes nature	Pâté coupelle	Mousse de fole	Salade de pomme de terre nature
Aiguillette de poulet au jus	Sauté de bœuf au jus	Œufs durs	Colin court bouillon	Filet de poulet au jus	Rôti de porc au jus	Sauté de veau au jus
Carottes vapeur	Coquillettes	Carottes vapeur	Brunoise de légumes	Riz safrané	Lentilles	Poêlée brocolis et champignons
Yaourt sucré	Emmental	Suisse sucré	Cantal	Saint Nectaire	Edem	Vache picoron
Biscuit roulé	Pain d'épice	Quatre quart	Galette bretonne	Boudoirs	Pâte de fruits	Bavarois chocolat

BON APPETIT  
Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.



## EXEMPLES DE REPAS DU SOIR

OCCITANIE RESTAURATION						
Menus du 13 au 19 Mai 2019 - SOIR - NORMAL						
13-mai	14-mai	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Potage Colin sauce marinara Courgettes persillées Yaourt arôme Poire cuite	Potage Boulettes de bœuf sauce provençale Pommes de terre persillées Camembert Cocfrais de fruits au sirop	Potage Omelette Tomates à la provençale Salsise arôme Crème pralinée	Potage Feuilleté chèvre Mâche Yaourt velouté fruit Abricot au sirop	Potage Rôti de dinde froid + cornichons Petits pois carottes Gouda Pomme cuite	Potage Farfaltes bolagnaise *** Maestro chocolat Raisins	Potage Jambon fumé sauce madère Lentilles Fromage blanc arôme Ananas au sirop
Menus du 20 au 26 Mai 2019 - SOIR - NORMAL						
20-mai	21-mai	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Potage Escalope viennoise Epinards au jus Faisanée Riz au lait	Potage Croissant au jambon Haricots beurre Bonbel Pêche au sirop	Potage Omelette Brunoise de légumes Vache picon Ananas	Potage Aiguillette de poulet basquaise Pommes Fromage blanc aromatisé Pomme cuite	Potage Tarte au fromage Mâche Saint Paulin Kiwi	Potage Tortellinis sauce tomate *** Chèvretonne Mirabelles dénoyautées au sirop	Potage Poisson mariné huile d'olive et citron vert Aubergine grillée Fromage blanc sucré Compote pomme poire
Menus du 27 Mai au 2 Juin 2019 - MENU DU SOIR - NORMAL						
27-mai	28-mai	29-mai	30-mai	31-mai	01-juin	02-juin
Potage Sauté de bœuf sauce maraichère Haricots plats persillés Mousse marron suisse Segment pomélos	Potage Colin sauce oselle Tortis Saint Neclair Poire au sirop	Potage Galette de bœuf et pommes de terre *** Comté Pomme cuite	Potage Eufs durs Ratatouille Lait gélifié à la vanille Mousse chocolat	Potage Courgettes farcies sauce tomate Riz Edam Fraises	Potage Escalope de dinde sauce milanaise Flan de poireaux Flan nappé caramel Compote pomme framboise	Potage Haché de veau au jus Purée de pommes de terre Fromage fouetté Mère Loik Crème dessert caramel
Menus du 3 au 9 Juin 2019 - MENU DU SOIR - NORMAL						
03-juin	04-juin	05-juin	06-juin	07-juin	08-juin	09-juin
Potage Sauté de porc sauce madère Purée Monboissée Compote pomme cassis	Potage Escalope viennoise Fondue de poireaux Fromage blanc sucré Quesches dénoyautées au sirop	Potage Croque monsieur Salsifis à la tomate Mimolette Pomme cuite	Potage Rôti de bœuf froid + cornichons Endives braisées Salsise sucré Ananas	Potage Jambon blanc Purée de carottes L'Ageols café Segments mandarine	Potage Tortellinis ricotta épinards *** Chèvretonne Mousse chocolat blanc	Potage Poisson mariné huile d'olive et citron vert Semoule Crème dessert chocolat Banane

BON APPETIT  
Compte tenu du marché, le gestionnaire se réserve le droit de modifier les menus tout en respectant leur équilibre nutritionnel.

Les repas du SOIR existent aussi en version sans sel, diabétique ou sans résidus

### Utilisation des plats

Nos plats livrés doivent être mis au réfrigérateur.

Le réchauffage des plats peut se faire soit au four micro-ondes, soit dans un four traditionnel à une température maximale de 120° C dans leur contenant d'origine, ou bien transvasés dans une casserole.

**Occitanie Restauration vous souhaite un bon appétit**