

Exemple des menus d'une semaine-type

Un repas se compose d'une entrée,
d'un plat de résistance avec son
accompagnement, d'un fromage, d'un
dessert et d'un potage et un laitage
pour le soir.

CCAS Plozévet



Semaine du 13 au 19 Avril 2015

Nox

Nuit



Recette du mois d'Avril: *La flammekuche à la Normande*

Midi

Soir

Lundi 13 <i>Ste Ido</i>	Asperges sauce mousseline Rôti de Dinde au jus Semoule et tomate prov Fromage Poire au chocolat	Potage Tapioca à l'abricot
Mardi 14 <i>St Maxime</i>	Terrine de campagne Sauté de Bœuf aux olives Carottes braisées Fromage Flan pâtissier	Potage Crème créole
Mercredi 15 <i>St Patern</i>	Céleri rémoulade Poisson du jour Brunoise de légumes Fromage Pomme au four	Potage Entremets
Jeudi 16 <i>St-Joseph</i>	Betterave à l'ail Poulet basquaise Riz Fromage Fruit de saison	Potage Tarte tatin
Vendredi 17 <i>St Amicet</i>	Tomate vinaigrette Lasagne de thon Salade verte Fromage Liégeois chocolat	Potage Riz au lait
Samedi 18 <i>St Perfañt</i>	Quiche au fromage Salade Sauté d'agneau Purée Fromage Entremets vanille	Potage Mousse au café
Dimanche 19 <i>St Emma</i>	Salade de jambon cru Rôti de veau Pommes noisettes Fromage Petits suisses aromatisés	Potage Petits suisses aromatisés

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances. Pour toute information, merci de vous rapprocher du cuisinier.

Pour procéder à votre inscription
ou pour toute information supplémentaire
concernant le service, appelez la Mairie
de votre commune de résidence.

Plozévet

☎ 02 98 91 30 10

Guiler-Sur-Goyen

☎ 02 98 91 50 32

Plogastel-Saint-Germain

☎ 02 98 54 58 57

Landudec

☎ 02 98 91 52 09

Pouldreuzic

☎ 02 98 54 40 32

Gourlizon

☎ 02 98 91 08 92

Portage de Repas à Domicile



à très bientôt !

CCAS
de Plozévet



Le service en quelques mots

- ★ Afin de mieux répondre aux besoins des personnes âgées, le CCAS de Plozévet assure un service de portage de repas à domicile.
- ★ Tous les matins, nos agents du service sillonnent les 6 communes (Plogastel-Saint-Germain, Pouldreuzic, Gourlizon, Landudec, Guiler-Sur-Goyen, et Plozévet) et assurent la livraison avant midi.
- ★ Nous sommes à l'écoute des personnes et mettons tout en œuvre pour leur apporter entière satisfaction.

Pourquoi utiliser ce service ?

- Bénéficier d'une **alimentation de qualité**, avec des **repas complets et équilibrés** préparés par la Maison Familiale de Poullan-Sur-Mer.
- Rendre le **quotidien plus facile** (complémentaire avec un service d'aide ménagère à domicile pour un meilleur confort) : moins de courses, de vaisselle, de cuisine... donc plus de temps à consacrer à la personne aidée.
- Ce service peut être utilisé **ponctuellement** (par exemple, le temps de se réadapter progressivement aux contraintes de la vie quotidienne après une hospitalisation).
- La prestation peut entrer dans le cadre de l'**APA** et ainsi donner accès à des **aides financières**.

Infos Pratiques

- ✓ Livraison tous les jours avant midi sous forme de barquettes froides (déposées dans chaque réfrigérateur) à réchauffer au micro-onde ou à la casserole.
- ✓ Livraison minimale de 3 repas par semaine.
- ✓ Les repas du dimanche et des jours fériés sont livrés la veille.
- ✓ Tarifs 2015 : 11,00 € par repas (tarif préférentiel pour les couples : 20,00 € les deux repas).
- ✓ Possibilité d'avoir des menus adaptés (repas mixés, sans sel, sans sucre).