

CIAS
Terres du Lauragais
Service « Portage de repas »

Contact

📍 Pôle de proximité de Caraman
7 avenue du 8 mai 1945
31460 Caraman

☎ 05 62 18 42 80 - 06 30 66 92 55

✉ portage.repas@terres-du-lauragais.fr

🌐 www.terres-du-lauragais.fr

Terres du Lauragais
Nord



🌿 **SECTEUR NORD** 🌿
Service étendu à l'ensemble des
27 communes



🍷 **Portage** 🧑‍🍳
DE REPAS
à domicile





CHOIX DES MENUS

Selon le régime souhaité

- Normal
- Sans en sel
- Sans sucre
- Sans sel et sans sucre

COMPOSITION D'UN MENU

- Potage
- Entrée
- Viande ou poisson
- Féculent ou légume d'accompagnement
- Produit laitier ou fromage
- Dessert ou fruit
- Pain

Repas à thème tout au long de l'année suivant les saisons et les fêtes traditionnelles.



**Le
REPAS livré
7,60€**

Les inscriptions

Comment commander mes repas pour la première fois ?

À L'AIDE D'UNE GRILLE DE MENUS¹

- > À retirer à l'accueil du pôle de proximité
7 avenue du 8 mai 1945 - 31460 Caraman
- > Demander par mail
portage.repas@terres-du-lauragais.fr

POUR LA PREMIÈRE COMMANDE

- > Le délai est de **1 semaine** entre le retour de la convention² signée et la première livraison

MODIFIER MA COMMANDE EN CAS D'IMPRÉVU (RETOUR OU DÉPART D'HOSPITALISATION...)

- > Les modifications peuvent être prise en compte **72h avant la date de livraison** prévue du repas.
- > Sans annulation notifiée, les repas seront facturés
- > **Annuler ma commande le week-end**
Les annulations doivent être signalées avant le mercredi à 16h

¹ Les grilles des menus sont distribuées tous les mois

² Contrat à durée indéterminée

Nos +

Menus équilibrés conçus par des diététiciens
Possibilité d'adapter les menus aux régimes
Livraison par véhicule réfrigéré (prestataire)
Repas conditionnés en barquettes recyclables

Un service à la carte

Des repas 7 jours sur 7
Des commandes en fonction de vos besoins
Régulièrement ou occasionnellement

En 2022

61 bénéficiaires
27 communes membres
14 328 repas livrés