

MENU DIABETIQUE 7 jours

Semaine N°36

(02/09 au 08/09/24)

Nom :

Commune :

Pour toutes informations : service Portage de Repas - Contacter Mme Audrey VAUZELLE ou Mme Eloïse MARTIN au 01 82 86 01 75

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Entrées		Demi pomelos bio nature sans sucre	Tomate au pesto vert	Oeuf dur bio et sauce cocktail	Concombre à la bulgare	Taboulé libanais	Fonds d'artichauts sauce mousseline	Fenouil à la vinaigrette à l'ancienne
Plats Garnis	Plats	Sauté de boeuf à la lyonnaise	Tranchettes de poulet sauce poulet	Sauté de porc à l'ancienne*	Escalope de volaille grillée	Pavé de poisson mariné thym citron poivre	Médallions de poulet au curcuma	Rôti de porc sauce orloff*
	Accomp.	Pommes rissolées / Haricots verts	Riz / Brocolis ciboulette	Blé / Epinards à la crème	Pâtes / Ratatouille	Purée / Poêlée champêtre	Riz / Chou fleur	Pommes de terre grenailles / Duo de carottes
Produit Laitiers		Camembert bio	Emmental bio	Petit suisse nature sans sucre	Edam bio	Yaourt nature bio sans sucre	Petit suisse nature sans sucre	Bûchette mi-chèvre
Desserts		Purée de pomme banane bio sans sucres ajoutés	Fromage blanc nature bio sans sucre	Abricots frais	Purée de pomme sans sucres ajoutés	Orange	Pomme	Coupelle de fruits au naturel
Nbre de repas								
potage pour le soir avec un supplément de 0,66 €								
		Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Nbre de potage								

* Contient du porc

Toutes nos crudités sont élaborées à partir de légumes frais

MENU DIABETIQUE 7 jours

Semaine N°37

(du 09/09 au 15/09/24)

Nom :

Commune :

Pour toutes informations : service Portage de Repas - Contacter Mme Audrey VAUZELLE ou Mme Eloïse MARTIN au 01 82 86 01 75

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Entrées		Flan jambon poireaux emmental*	Melon	Roulade aux olives beurre*	Tomate au maïs	Carottes râpées bio ciboulette	Poireaux à la graine de moutarde	Crudités variées
Plats Garnis	Plats	Sauté de boeuf sauce vigneronne	Côte de porc sauce aux épices*	Aiguillettes de poulet à la crème de poivrons	Couscous royal	Dos de colin sauce citron	Emincé de volaille sauce aigre douce	Blanquette de veau à la crème
	Accomp.	Riz / Poêlée paysanne	Pommes rissolées / Epinards à la crème	Pâtes / Haricots beurre sautés	Semoule	Boulgour à la tomate / Chou fleur	Purée Haricots verts	Riz Brunoise de légumes
Produit Laitiers		Petit suisse nature bio sans sucre	Tomme grise bio	Yaourt nature sans sucre	Emmental	Petit suisse nature bio sans sucre	Yaourt nature sans sucre	Saint-Nectaire
Desserts		Fruit	Purée de pomme bio sans sucres ajoutés	Fruit bio	Fromage blanc nature bio sans sucre	Fruit	Abricots frais	Yaourt aux fruits sans sucre
Nbre de repas								
potage pour le soir avec un supplément de 0,66 €								
		Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Nbre de potage								

* Contient du porc

Toutes nos crudités sont élaborées à partir de légumes frais

MENU DIABETIQUE 7 jours

Semaine N°38

(du 16/09 au 22/09/24)

Nom :

Commune :

Pour toutes informations : service Portage de Repas - Contacter Mme Audrey VAUZELLE ou Mme Eloïse MARTIN au 01 82 86 01 75

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Entrées		Melon	Radis beurre	Tomate bio vinaigrette	Oeuf dur bio et mayonnaise	Crudités variées	Salade verte et vinaigrette	Asperges sauce tartare
Plats Garnis	Plats	Boeuf braisé sauce mironton	Rôti de dinde sauce crème	Steak haché du boucher grillé	Escalope de volaille grillée	Pavé de poisson mariné thym citron poivre	Jambon braisé sauce brune*	Poule au pot
	Accomp.	Blé / Brocolis vapeur	Pâtes Poêlée potagère	Purée pommes de terre et potiron / Courgettes à la tomate	Riz / Haricots verts persillés	Coquillettes / Ratatouille	Flageolets	Pommes vapeur Salsifis à la crème
Produit Laitiers		St-Morêt	Saint-Paulin bio	Emmental bio	Petit suisse nature bio sans sucre	Yaourt nature sans sucre	Fromage à pâte pressée (Milanette)	Petit suisse nature sans sucre
Desserts		Purée de pomme fraise cassis bio sans sucres ajoutés	Fromage blanc nature bio sans sucre	Purée de pomme banane sans sucres ajoutés	Fruit bio	Fruit bio	Yaourt aux fruits sans sucre	Ananas frais
Nbre de repas								
potage pour le soir avec un supplément de 0,66 €								
		Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Nbre de potage								

* Contient du porc

Toutes nos crudités sont élaborées à partir de légumes frais

MENU DIABETIQUE 7 jours
Semaine N°39
(du 23/09 au 29/09/24)

Nom :

Commune :

Pour toutes informations : service Portage de Repas - **Contacter** Mme **Audrey VAUZELLE** ou Mme **Eloïse MARTIN** au **01 82 86 01 75**

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Entrées		Radis beurre	Salade de quinoa	Céleri rémoulade	Betteraves façon voronoff	Carottes râpées bio à l'orange	Macédoine mimosa	Crudités variées
Plats Garnis	Plats	Longe de porc aux olives*	Pavé de poisson mariné à la provençale	Filet de volaille sauce catalane	Steak haché au jus	Sauté de boeuf sauce bourguignonne	Tomates farcies	Emincé de coq sauce marchand de vin
	Accomp.	Lentilles	Petits pois à l'étuvée	Blé / Poêlée de légumes	Riz / Chou fleur et ciboulette	Farfalles / Epinards bio à la crème	Riz	Pommes sautées / Carottes rondelles
Produit Laitiers		Tomme grise bio	Yaourt nature bio sans sucre	Edam bio	Petit suisse nature sans sucre	Saint-Nectaire AOP	Yaourt nature sans sucre	Montalait
Desserts		Purée de pomme poire bio sans sucres ajoutés	Fruit	Fromage blanc nature sans sucre	Fruit bio	Purée de pomme sans sucres ajoutés	Pomme bicolore	Coupelle de fruits au naturel
Nbre de repas								
potage pour le soir avec un supplément de 0,66 €								
		Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Nbre de potage								

* Contient du porc

Toutes nos crudités sont élaborées à partir de légumes frais