

MENU DIABETIQUE 7 jours

Semaine N°49

(Du 01/12 au 07/12/25)

Nom :

Commune :

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



SAGERE S.A.S.

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Entrées		Chou blanc bio et vinaigrette	Betteraves vinaigrette à l'échalote	Oeuf dur mayonnaise	Salade de farfalles au poulet vinaigrette au curry	Endives vinaigrette	Salade de pommes de terre, thon et crevette sauce mayonnaise	Coeur d'artichauts sauce mousseline
Plats Garnis	Plats	Sauté de boeuf bio sauce tomate	Couscous aux légumes (végétarien)	Sauté de porc sauce romarin*	Steak haché de bœuf	Filet de colin PMD sauce citron	Langue de boeuf sauce piquante	Sauté de veau sauce champignons crévés
	Accomp.	Purée de Pdt bio / Jeunes carottes vapeur	Semoule	Blé / Chou fleur	Purée de pommes de terre / Ratatouille	Epinards béchamel / Pommes vapeur	Macaronis / Haricots verts	Riz / Choux de Bruxelles persillés
Produit Laitiers		Fromage frais (Carré demi-sel) bio	Yaourt nature bio	Petit fromage blanc nature	Yaourt nature bio	Camembert bio	Petit fromage blanc nature	Savaron bio
Desserts		Purée de pomme banane bio sans sucres ajoutés	Kaki	Fruit bio	Clémentines	Yaourt aux fruits sans sucre	Fruit bio	Ananas
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°50
(Du 08/12 au 14/12/25)

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		Salade de chou fleur, tomate, maïs et olive	Carottes râpées bio et vinaigrette	Endives vinaigrette	Oeuf dur bio et sauce cocktail	Tomate vinaigrette à l'estragon	Julienne de courgettes au thon	Coeurs de palmier sauce ravigote
Plats Garnis	Plats	Rôti de porc au jus*	Sauté de boeuf bio sauce goulash	Rôti de dinde sauce colombo	Boulettes à l'agneau sauce navarin	Filet de hoki sauce crème tomate	Sauté d'agneau sauce orientale	Rognons de boeuf sauce madère
	Accomp.	Semoule / Haricots beurre	Riz bio / Courgettes sauce tomate	Carottes rondelles / Purée de pommes de terre	Pennes / Brocolis ciboulette	Poêlée forestière ail persil / Boulgour	Riz / Chou fleur	Pommes de terre grenailles / Fondue de poireaux à la crème
Produit Laitiers		Petit fromage blanc nature	Fromage frais (Mini cabrette) bio	Edam bio	Yaourt nature	Tomme grise bio	Fromage frais (Rondelé nature) bio	Petit fromage blanc nature bio
Desserts		Fruit bio	Purée de pomme poire bio sans sucres ajoutés	Fromage blanc nature	Orange	Purée de pomme fraise sans sucres ajoutés	Coupelle de fruits au naturel	Pomme
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°51
(Du 15/12 au 21/12/25)

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		Céleri bio rémoulade au curry	Radis et beurre	REPAS DE FIN D'ANNEE	Demi pomelos nature	Oeuf dur mayonnaise	Taboulé à la menthe	Champignons à la grecque
		Sauté de veau sauce champignons crévés	Aiguillettes de volaille sauce façon blanquette	MENU INIQUE	Chipolatas aux herbes*	Pavé de colin mariné huile d'olive et citron vert	Jambon braisé sauce romarin*	Boudin noir*
Plats Garnis	Plats	Pommes rissolées bio / Ratatouille	Epinards à la crème / Coudes		Lentilles	Petits pois	Riz / Haricots verts	Purée à la muscade / Côtes de blettes ail et persil
	Accomp.							
Produit Laitiers		Yaourt nature bio	Tomme blanche		Saint-Paulin	Petit fromage blanc nature bio	Yaourt nature bio	Cantal AOP
Desserts		Fruit bio	Purée de pomme fraise-cassis bio sans sucres ajoutés		Fromage blanc nature bio	Poire	Pomme	Fruit bio
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°52

(Du 22/12 au 28/12/25)

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		Chou fleur sauce vinaigrette	Endives aux noix	Carottes râpées vinaigrette au vinaigre de cidre	REPAS DE NOEL	Chou rouge bio et vinaigrette	Salade de flageolets aux fines herbes	Poireaux vinaigrette à l'échalote
Plats Garnis	Plats	Rôti de dinde sauce au miel et poivron	Sauté de boeuf aux oignons	Escalope viennoise	MENU UNIQUE	Filet de colin PMD meunière	Pavé de colin mariné à la provençale	Bouchées de filet de chapon sauce suprême
	Accomp.	Haricots verts à l'ail / Semoule	Riz / Jardinière de légumes ail et persil	Farfalles / Ratatouille		Carottes rondelles bio / Boulgour à la tomate	Pommes vapeur / Ratatouille	Quartiers de pommes de terre dorées / Julienne de légumes ail et persil
Produit Laitiers		Petit fromage blanc nature	Gouda	Emmental bio		Petit fromage blanc nature bio	Yaourt nature	Petit fromage blanc nature bio
Desserts		Fruit bio	Purée de pomme bio sans sucres ajoutés	Yaourt aux fruits sans sucre		Fruit bio	Fruit bio	Kaki
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