Gally Mauldre
Communauté de communes

MENU DIABETIQUE 7 jours
Semaine N°40
(du 29/09 au 05/10/25)

Nom :

Commune :

Midi Pyrénée
SAGERE S.A.S.

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 nature	Carottes râpées vinaigrette au persil	Oeuf dur sauce cocktail	Concombre vinaigrette à la menthe	Taboulé	Chou rouge vinaigrette	Champignons à la grecque
Plats Garnis – Plats	Sauté de boeuf au paprika	Omelette	Filet de poulet sauce savoyarde	Saucisse fumée et lentilles*	Pavé de colin mariné à la provençale	Jambon braisé sauce madère*	Rognons de boeuf sauce porto
Plats Garnis – Accomp.	Blé / Haricots verts persillés	Ratatouille / Coquillettes	Haricots beurre ciboulette / Purée de pommes de terre		Brocolis bio vapeur / Riz	Conchigli Brunoise de légumes ail persil	Pommes rissolées / Fondue de poireaux à la crème
Produit Laitiers	Emmental bio	Saint-Nectaire AOP	Petit fromage blanc nature	Gouda	Yaourt nature bio	Rondelé nature	Yaourt nature bio
Desserts	Purée de pomme coing sans sucres ajoutés	Fromage blanc nature bio	Fruit bio	Purée de pommefraise-cassis bio sans sucres ajoutés	Fruit bio	Faisselle nature	Poire
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°41

(du 06/10 au 12/10/25)

Nom :

Commune :

SAGERE S.A.S.

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 et vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Salade de blé, maïs, tomate et dés de mimolette vinaigrette	Endives vinaigrette	Oeuf dur sauce béarnaise	Demi pomelos nature	Coeurs de palmier vinaigrette
Plats Garnis – Plats	Filet de poulet sauce Bercy	Filet de colin sauce oseille	Sauté de porc sauce diable*	Boulettes à l'agneau sauce tomate	Sauté de boeuf sauce aux oignons grelots	Rôti de dinde sauce catalane	Sot l'y laisse de poulet sauce à la romaine
Plats Garnis – Accomp.	Carottes rondelles bio / Boulgour	Riz / Epinards à la crème	Haricots verts persillés / Pommes vapeur	Semoule / Chou fleur persillé	Frites four / Poêlée forestière	Petits pois	Riz aux trois saveurs / Côtes de blettes ail et persil
Produit Laitiers	Edam bio	Cantal AOP	Petit fromage blanc nature bio	Chanteneige	Yaourt nature bio	Carré demi-sel	Saint-Nectaire AOP
Desserts	Fromage blanc nature bio	Fruit bio	Poire	Coupelle de fruits au naturel	Kiwi	Purée de pomme poire sans sucres ajoutés	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°42

(du 13/10 au 19/10/25)

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 rémoulade	Betteraves bio vinaigrette à l'échalote	Salade verte aux graines de sésame	Demi pomelos nature	Salade de carottes râpées bio et lentilles vinaigrette	Oeuf dur mayonnaise	Fonds d'artichauts sauce ravigote
Plats Garnis	Plats	Sauté de veau sauce forestière	Aiguillettes de poulet sauce maroilles	Filet de hoki sauce dieppoise	Emincé végétal sauce basquaise	Boulettes au boeuf bio sauce au bleu	Médaillons de poulet sauce créole	Langue de boeuf sauce piquante
	Accomp.	Haricots beurre vapeur / Tortis	Pommes de terre rondes ciboulette / Bâtonnets de carottes	Chou fleur vapeur / Blé	Riz Ratatouille	Semoule bio / Brocolis vapeur	Pennes / Carottes rondelles	Purée de pdt / Printanière de légumes
Produit Laitiers		Brie bio	Petit fromage blanc nature	Yaourt nature bio	Tomme grise bio	Petit fromage blanc nature bio	Yaourt nature bio	Ortolan
Desserts		Purée de pomme framboise sans sucres ajoutés	Poire	Purée de pomme coing sans sucres ajoutés	Purée de pommepruneaux sans sucres ajoutés	Coupelle de fruits au naturel	Poire	Fromage blanc nature 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°43

(du 20/10 au 26/10/25)

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		Carottes râpées vinaigrette au vinaigre de cidre	Salade de riz, tomate, maïs et poivrons (Riz et tomate bio)	Oeuf dur mayonnaise	Chou rouge vinaigrette	Céleri vinaigrette	Fenouil sauce vinaigrette à l'ancienne	Salade verte et dosette de vinaigrette
Plats Garnis	Plats	Emincé de poulet sauce aigre douce	Sauté de boeuf bio sauce napolitaine	Rôti de dinde sauce aux herbes	Saucisse de Toulouse	Sauté de porc au jus bio	Andouillette aux herbes de provence*	Filet mignon de porc sauce moutarde à l'ancienne
	Accomp.	Chou fleur et ciboulette Boulgour à la tomate	Pennes bio / Haricots verts vapeur	Julienne de légumes et brocolis ail persil Semoule	Petits pois	Lentilles	Pommes persillées Haricots beurre	Farfalles / Choux de Bruxelles persillés
Produit Laitiers		Emmental	Petit fromage blanc nature bio	Cantal AOP	Yaourt nature	Petit fromage blanc nature bio	Montalait	Rondelé nature
Desserts		Purée de pomme bio sans sucres ajoutés	Fruit bio	Fruit bio	Fromage blanc nature bio	Yaourt aux fruits sans sucre	Fromage blanc nature bio	Purée de pomme ananas sans sucres ajoutés
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°44

(du 27/10 au 02/11/25)

Nom :

Commune :

SAGERE S.A.S.

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 coleslaw	Radis beurre	Chou rouge bio aux noix	Tomate persillée	Demi pomelos nature	Salade de perles aux légumes	Coeur d'artichauts sauce mousseline
Plats Garnis	Plats	Sauté de boeuf LR à l'orientale	Pavé de colin mariné au thym citron poivre	Sauté de porc bio sauce aux épices*	Cassoulet (Saucisson à l'ail et saucisse de Toulouse)*	Sauté de dinde sauce mexicaine	Rôti de veau sauce crème	Dos de cabillaud sauce citron
	Accomp.	Macaronis / Ratatouille	Epinards à la crème / Riz	Blé / Bâtonnets de carottes		Haricots beurre persillés / Pommes vapeur	Semoule / Poêlée champêtre	Riz / Duo de carottes
Produit Laitiers		Tomme noire	Camembert	Yaourt nature bio	Fromage frais bio (Mini cabrette)	Edam bio	Petit fromage blanc nature	Yaourt nature bio
Desserts		Fromage blanc nature bio	Purée de pomme poire bio sans sucres ajoutés	Fruit bio	Purée de pomme banane sans sucres ajoutés	Yaourt aux fruits sans sucre	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