

MENU DIABETIQUE 7 jours

Semaine N°36

(du 31/08 au 06/09/26)

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 à la vinaigrette	Tomate bio vinaigrette persillée	Oeuf dur bio et sauce cocktail	Taboulé à la menthe	Salade de pommes de terre mayonnaise aux épices	Demi pomelos nature	Betteraves et dosette de vinaigrette
		Sauté de boeuf sauce goulash	Sauté de porc bio sauce moutarde*	Pavé de colin mariné au thym citron poivre	Steak haché de bœuf	Filet de poulet sauce échalote	Sauté d'agneau sauce tikka massala	Filet mignon de porc sauce oignon, cornichon et moutarde*
Plats Garnis	Plats	Semoule / Ratatouille	Poêlée de légumes bio persillée / Riz	Petits pois	Purée de pdt / Haricots verts	Coquillettes / Brocolis ciboulette	Riz / Chou fleur	Pommes rissolées / Duo de carottes
	Accomp.	Saint-Paulin bio	Tomme grise bio	Yaourt nature bio	Petit fromage blanc nature	Yaourt nature bio	Camembert bio	Petit fromage blanc nature
Produit Laitiers		Purée de pomme-fraise sans sucres ajoutés	Fromage blanc nature bio	Fruit bio	Fruit bio	Orange	Yaourt aux fruits sans sucre	Fruit bio
Desserts								
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 07/09 au 13/09/26)

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 et beurre	Salade piémontaise	Oeuf dur sauce béarnaise	Carottes râpées vinaigrette au persil	Tomate bio vinaigrette à l'échalote	Céleri rémoulade	Coeur de palmier, tomate et poivron vinaigrette
Plats Garnis	Plats	Aiguillettes de poulet sauce basquaise	Sauté de boeuf sauce barbecue	Rôti de dinde au jus	Couscous royal (boulettes d'agneau, poulet et merguez)	Saucisse de Toulouse	Côte de porc grillée*	Sauté de veau sauce champignons crévés
	Accomp.	Poêlée paysanne ail et persil / Boulgour	Carottes rondelles Macaronis bio / semicomplètes	Pommes vapeur / Epinards à la crème	Semoule	Purée de pdt bio / Chou fleur et ciboulette	Petits pois	Mélange de trois riz / Brunoise de légumes ail persil
Produit Laitiers		Fromage frais (Mini cabrette)	Yaourt nature bio	Saint-Nectaire AOP	Emmental bio	Petit fromage blanc nature bio	Fromage frais (Rondelé nature) bio	Yaourt nature
Desserts		Fromage blanc nature bio	Pêche	Fruit bio	Purée de pommepoire bio sans sucres ajoutés	Coupelle de fruits au naturel	Yaourt aux fruits sans sucre	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	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 14/09 au 20/09/26)

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	Betteraves vinaigrette	Taboulé à la menthe	Chou-fleur cuit mayonnaise et ail	Oeuf dur mayonnaise	Champignons à la crème aux herbes	Asperges sauce tartare
Plats Garnis	Plats	Boulettes de boeuf sauce curry	Jambon blanc	Sauté de boeuf bio sauce miron-ton	Steak haché de bœuf	Pavé de colin mariné à la provençale	Sot l'y laisse de poulet sauce normande	Echine de porc demi sel sauce moutarde*
	Accomp.	Blé / Haricots beurre persillés	Coquillettes / Courgettes sauce tomate	Brocolis bio vapeur / Purée de pdt	Riz / Haricots verts	Ratatouille / Pennes	Pommes vapeur / Fondue de poireaux à la crème	Flageolets
Produit Laitiers		Fromage frais (Chanteneige) bio	Petit fromage blanc nature bio	Edam bio	Tomme blanche	Yaourt nature bio	Carré de l'Est	Petit fromage blanc nature bio
Desserts		Yaourt aux fruits sans sucre	Fruit bio	Fruit bio	Fromage blanc nature bio	Orange	Prunes	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°39
(du 21/09 au 27/09/26)

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 bio vinaigrette à la ciboulette	Radis et beurre	Macédoine de légumes mayonnaise	Tomate vinaigrette au basilic	Demi pomelos nature	Coeurs d'artichauts vinaigrette persillée	Poireaux sauce crème d'échalote
		Sauté de veau LR sauce marengo	Omelette bio	Sauté de dinde sauce saveur kebab	Jambon blanc*	Filet de colin pané	Paleron de boeuf sauce guardian	Demi aiguillettes de poulet sauce champignons crème
Plats Garnis	Plats							
	Accomp.	Semoule bio Jardinière de légumes	Blé / Haricots verts persillés	Frites four / Epinards à la crème	Pâtes / Chou fleur et ciboulette	Petits pois	Boulgour / Brunoise de légumes ail persil	Riz / Duo de navets et carottes persillés
Produit Laitiers		Emmental bio	Yaourt nature	Petit fromage blanc nature bio	Milanette	Gouda bio	Yaourt nature bio	Pointe de brie
Desserts		Purée de pomme bio sans sucres ajoutés	Fruit bio	Pêche	Fromage blanc nature bio	Purée de pommepruneaux 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