

menus

DU 28 NOVEMBRE AU 4 DÉCEMBRE 2022

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 28 novembre	Panier maraicher Bœuf bourguignon Purée de panais Pêches au sirop	Soupe de cresson Griesknepfles (Galette de semoule) Compote de pomme Liégeois au café
MARDI 29 novembre	Soupe Normande Effiloché de dinde sauce aigre douce Polenta / Ratatouille Brassé nature au lait de coco + sucre	Crème de rutabaga Filet de merlu sauce beurre blanc Pennes / Fenouil à la tomate Kiwi
MERCREDI 30 novembre	Salade de concombre Palette obernoise Flageolets Mousse à la poire	Velouté de légumes Friand à la viande Salsifis persillés Crème renversée nappage caramel
JEUDI 1 décembre	Salade d'endives Roulade de bœuf sauce au poivre Torsades / Brocolis Biscuit fondant au spéculoos	Plat froid Soupe de pois cassés Salade piémontaise (pommes de terre, cervelas, cornichons, tomates, œufs durs) Fromage blanc à la framboise
VENDREDI 2 décembre	Terrine de légumes Colin sauce nantua Ou Fricadelles de veau à l'échalote Riz safrané / Navets glacés Crème brûlée	Crème de potiron Boudin noir au jus Purée de céleri Flan au chocolat
SAMEDI 3 décembre	Bouillon de quenelles Choucroute garnie (lard fumé, kassler, knack) Orange	Consommé brunoise Fleischnaka sauce soubise Julienne de légumes Moelleux aux perles de sucre
DIMANCHE 4 décembre	Salade de betteraves Canard à l'orange Cœur de blé / Chou-fleur persillé Jalousie à la pomme	Soupe au lait Poireaux au jambon de dinde Pommes de terre sautées Quetsches à la cannelle

REPAS DE REMPLACEMENT
FEUILLETÉ FRANC-COMTOIS / CÉLERI AUX HERBES

menus

DU 5 AU 11 DÉCEMBRE 2022

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 5 décembre	Soupe minestrone Saucisse fumée sauce brune Pommes de terre tropéziennes Epinards aux épices Yaourt au lait de chèvre à la vanille	Soupe à l'oignon Cordon bleu de volaille sauce crème Purée de légumes Semoule au lait
MARDI 6 décembre Saint Nicolas	Salade de cœurs de palmier Tranche de veau à l'ancienne Lentilles à la ménagère / Carottes vichy Clémentines Maennelle	Velouté de champignons Blanquette de poisson Nouilles / Céleri braisé Compote pomme coing
MERCREDI 7 décembre	Mousse de canard Hachis Parmentier de potiron Salade feuille de chêne Mousse chocolat au lait	Soupe à l'oseille Galette de céréales Compotée d'aubergine P'tit carré aux pommes
JEUDI 8 décembre	Salade de radis rose Quenelles de foie aux oignons Pommes de terre rissolées Chou de Bruxelles Ile flottante	Soupe aux poireaux Croziflettes à la forestière Scarole Fromage blanc à la rhubarbe
VENDREDI 9 décembre	Velouté de julienne Eglefin sauce aux herbes ou Emincé de volaille aux herbes Quinoa / Duo de courgettes Tarte aux cerises	Velouté de brocolis Bibeleskaes Pommes de terre persillées Jambon blanc Cocktail de fruits
SAMEDI 10 décembre	Baeckeofe aux deux viandes Batavia Munster Salade d'ananas	Plat froid Soupe de tomate Haut de cuisse de poulet grillé Taboulé Crème dessert à la pistache
DIMANCHE 11 décembre	Asperges à la vinaigrette Fleurion à la reine Riz Nouveauté Dessert laitier à l'abricot	Soupe à la bière Rognons de génisse sauce au porto Coudes / Légumes méridionaux Pomme au four

REPAS DE REMPLACEMENT
POISSON MEUNIÈRE / PURÉE D'ÉPINARD

DU 12 AU 18 DÉCEMBRE 2022

menus

MIDI

SOIR (livré le matin)

LUNDI 12 décembre	Crème de courges Carbonade flamande Boulghour / Haricots plats Liégeois au chocolat	Soupe de poisson Normandin de veau sauce provençale Fondue de poireaux et pommes de terre Mirabelles au sirop
MARDI 13 décembre	Potée Lorraine Légumes du pot Mimolette Kiwi	Soupe au pistou Filet de colin sauce matelote Petits pois à la française Gaufre
MERCREDI 14 décembre	Velouté de céleri Spaghetti bolognaise Salade feuille de chêne Crème caramel aux œufs frais	Mouliné aux légumes Fallafels à la tomate Purée d'épinard Yaourt aromatisé
JEUDI 15 décembre	Salade de chou blanc au cumin Aiguillettes de poulet panées Gratin de légumes Donut mangue coco	Soupe bretonne Knepfles à l'alsacienne et au munster Salade mêlée Compote pommes pêches
 VENDREDI 16 décembre	Salade de champignons Dos de merlu sauce chasseur Ou Rôti de bœuf au jus Gnocchis aux petits légumes Fromage blanc au miel IGP Alsace	Consommé Célestine Foie de volaille à l'Armagnac Riz / Ratatouille Salade de fruits
SAMEDI 17 décembre	Salade grecque Sauté de dinde à l'échalote Purée de chou vert Poires au sirop	Soupe au lait Tarte à l'oignon Carottes à la crème Mousse au citron
DIMANCHE 18 décembre	Salade d'artichaut à la vinaigrette Tranche de veau au thym Pâtes festives / Duo de navets Nouveauté Fraisier	Plat froid Soupe Chinoise Côte cuite Macédoine de légumes vinaigrette Orange

REPAS DE REMPLACEMENT
HACHIS PARMENTIER / SCAROLE

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous

abrapa
ensemble partageons la vie

abrapa
ensemble partageons la vie

PORTAGE
de repas

menus

DU 28 NOVEMBRE AU 18 DÉCEMBRE 2022

Téléassistance « Bip Tranquille » : en sécurité partout, tout le temps...

Né en avril 1988, le service de téléassistance « Bip Tranquille » est un incontournable dans le Bas-Rhin quand il s'agit de téléassistance à domicile. Le service propose désormais des offres qui répondent à 3 questions simples :

- « J'ai peur de rester seul(e) chez moi, comment faire en cas de problème, de chute ? »

Avec le Bip Classique, il vous suffit d'appuyer sur le bouton pour être mis en relation avec une centrale qui fonctionne 7j/7 24h/24 et prévient vos proches ou les secours si vous êtes blessé(e).

- « Et quand je sors de chez moi, comment m'assurer d'être secouru(e) en cas de problème ? »



Avec le Bip Mobile ! Un petit boîtier, simple et robuste, accompagné de son Bip. En cas de SOS, vous êtes localisé(e) et vos proches ou les services d'urgence peuvent vous secourir.

- « Et mes proches justement, ils savent si tout va bien ou s'il y a un souci ? »

Oui, nos derniers outils de téléassistance permettent, via une application smartphone, de consulter l'historique des événements, la localisation, etc.

Des questions ? Contactez-nous au 03 88 37 22 35
ou par mail : biptranquille@abrapa.asso.fr

N° à contacter

Tél. 03 88 37 22 31

POIVRESEL
& boutéhou
Restauration solidaire et sociale