

menus
DIASEL
à teneur en sel réduit

DU 13 AU 19 MARS 2023

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 13 mars	Salade de viande Effiloché de poulet sauce brune Riz / Epinards Petits suisses nature	Soupe au pistou Sauté de veau au Pinot Noir Purée de poireaux Orange
MARDI 14 mars	Velouté de haricot vert Bœuf bourguignon Cœur de blé / Brocolis Quetsches au naturel	Crème de volaille Omelette aux fines herbes Pommes de terre nature Carottes à la crème Cakes au chocolat
MERCREDI 15 mars	Salade céleri Mijoté de porc stroganoff Pommes de terre tropéziennes Gratin de légumes Purée de pommes	Velouté de légumes Pépinettes à la romaine Salade feuille de chêne Pomme
JEUDI 16 mars	Emincé de veau à la provençale Spaetzle / Chou rouge Saint Paulin Mousse tiramisu	Crème de potiron Jambon / Bibeleskaes Pommes de terre sautées Endives braisées Cocktail de fruits au naturel
 VENDREDI 17 mars	Terrine de légumes Eglefin à la ciboulette ou Sauté de poulet sauce paysanne Pommes de terre au four Duo de courgettes Fromage blanc à la rhubarbe	Soupe normande Spaghetti HVE à la carbonara Scarole Yaourt nature
SAMEDI 18 mars	Soupe à la bière Steak haché de bœuf aux oignons Mini penne / Ratatouille Salade d'ananas	Plat froid Soupe de tomates Sardines Salade de pommes de terre Salade de betteraves Mousse au fruits rouges
DIMANCHE 19 mars	Asperges vinaigrette Rôti de veau au piment d'Espelette Boulghour / Pois gourmands Tarte à la pêche	Crème de navet Emincé de poulet au gingembre Lentilles ménagères Légumes méridionaux Purée pomme banane

menus
DIASEL
à teneur en sel réduit

DU 20 AU 26 MARS 2023

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 20 mars <i>Printemps</i>	Salade forestière à la grecque Sauté de porc au romarin Pommes de terre rissolées Curry de Légumes Clafoutis aux abricots	Soupe de blettes Rôti de bœuf sauce bordelaise Riz pilaf / Brunoise de légumes Mirabelles au naturel
MARDI 21 mars	Quiche lorraine Emincé de veau à l'ancienne Purée de légumes Kiwi	Soupe au lait Filet de merlu à l'Armoricaine Corolles HVE / Fenouil Purée de pêche
MERCREDI 22 mars	Salade de radis Couscous garni Semoule et légumes à l'oriental Mousse à la vanille	Brouet d'oignon Ragoût de pommes de terre aux légumes Salade iceberg Yaourt nature au lait de brebis
JEUDI 23 mars	Pâté de campagne Linguine à la bolognaise Scarole Crème dessert au citron	Plat froid Soupe minestrone Jambon Salade de blé / Salades de céleri Fromage blanc à la mangue
 VENDREDI 24 mars	Velouté cresson Filet de lieu sauce Aurore Ou Sauté de veau sauce basquaise Polenta crémeuse / Duo de haricots Purée pommes pruneaux	Soupe à l'oseille Emincé de poulet sauce au poivre Ecrasé de pommes de terre Choux de Bruxelles Faisselle nature
SAMEDI 25 mars	Soupe bretonne Saucisses de francfort à l'échalote Haricots blancs aux aromates Carottes persillées Yaourt aux fruits	Crème d'épinards Steak haché de veau au jus Quinoa / Flan de légumes Poire
DIMANCHE 26 mars	Salade d'artichauts Estouffade de bœuf miroton Gratin dauphinois Tomates provençales Tarte exotique	Crème de champignons Foie de volaille sauce calvados Petits pois à la française Caponata italienne Madeleines

**menus
DIASEL**
à teneur en sel réduit

DU 27 MARS AU 2 AVRIL 2023

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 27 mars	Salade de betteraves Fricassée de poulet au citron Pommes de terre vapeur / Potée de choux Yaourt nature	Soupe vichyssoise Timbale d'endives au jambon Coquillettes Pomme
MARDI 28 mars	Velouté de légumes Moussaka Riz Purée de poires	Soupe à la bière Filet de hoki sauce au beurre blanc Macédoine de légumes à la crème Cakes à la framboise
MERCREDI 29 mars	Rôti de porc à la sauge Spaetzle / Chou blanc braisé Gouda Crème brûlée	Crème de potiron Langue de bœuf à l'ail Pommes de terre au four Célerizotto Salade d'ananas
JEUDI 30 mars	Salade de carottes Poulet au vin rouge Purée de navet Délice flan coco	Plat froid Velouté Dubarry Escalope de porc panée Salade de lentilles Salade de concombres Petits suisse nature
VENDREDI 31 mars	Crème de volaille Filet de cabillaud sauce bonne femme Ou Mijoté de bœuf à l'estragon Crozets / Brocolis Fromage blanc à la cannelle	Soupe d'asperges Tartiflette Salade iceberg Mousse au chocolat
SAMEDI 1 ^{er} avril	Terrine de poisson Lasagnes Scarole Orange	Potage au pistou Galette de pois chiches Pommes de terre lyonnaises Courgettes aux herbes Purée pommes coing
DIMANCHE 2 avril	Poireaux à la vinaigrette Sauté de veau à la hongroise Trio de céréales / Poêlée champêtre Tarte aux pommes	Potage à la tomate Tarte aux légumes Salsifis à la vinaigrette Far breton

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous



**PORTAGE
de repas**

menus DIABÉTIQUE SANS SEL
à teneur en sel réduit
DU 13 MARS AU 2 AVRIL 2023

SERVICE HYGIADOM

Connaissez-vous Hygiadom ?

Service exclusivement réservé aux bénéficiaires de l'Abrapa, Hygiadom propose conseils et livraisons à domicile en toute discrétion de produits d'incontinence.

Si vous souhaitez en savoir plus, n'hésitez pas à contacter le service pour toute question ou demander le catalogue disponible sur simple demande.

ABRAPA Hygiadom : 03 88 21 30 23



N° à contacter

Tél. 03 88 37 22 31

