

**Consignes de remise en température :**

Avant consommation, procéder à la **remise en température au micro-ondes** : 1) Entrouvrir ou retirer le film plastique. 2) Réchauffer le plat **2 à 3 minutes** selon la puissance de l'appareil. 3) Bien mélanger si nécessaire. 4) Vérifier que le plat est **bien chaud à cœur** avant consommation. Consommer le plat immédiatement après réchauffage, ne pas réchauffer **une seconde fois**.

**Menus Diabétiques sans sel**

**Du Lundi 30 mars au Dimanche 5 avril 2026**

LUNDI 30/03/2026 DEJEUNER	MARDI 31/03/2026 DEJEUNER	MERCREDI 01/04/2026 DEJEUNER	JEUDI 02/04/2026 DEJEUNER	VENDREDI 03/04/2026 DEJEUNER	SAMEDI 04/04/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 05/04/2026 DEJEUNER
Salade de haricots verts  Sauté de veau Marengo Riz créole Brocolis en fleurette  Flan au citron	Taboulé  Emincé de Porc sauce charcutière Tortis trois couleurs Poêlée de butternut  Kiwi	Salade de carottes  Filet de poulet, sauce suprême Nouilles Courgettes  Banane	Egrené de bœuf à la provençale Polenta rôtie Épinards hachés au beurre  Edam  Purée de pomme	Salade de céleri  Parmentier de poisson <b>Ou</b> Hachis parmentier Poêlée de champignons  Fromage blanc nature	Salade de choux rouge à la dijonnaise  Escalope de dinde, sauce chasseur Semoule Haricots verts à l'ail  Cocktail de fruits au naturel	Œuf dur  Gigot d'agneau au jus d'ail Gratin dauphinois Flageolets persillés  Moelleux chocolat
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Crème de panais  Pavé de saumon à l'oseille Pommes de terre en lamelles Piperade  Pomme	Potage St Germain  Flan aux petits légumes Blé à la sauce tomate  Purée pomme - ananas	Crème de légumes verts  Omelette aux fines herbes Pommes de terre sautées Blettes au jus  Yaourt nature	Velouté d'asperges  Quiche aux légumes Fondue de poireaux à la crème  Petits suisses nature	Soupe printanière  Saucisse de Francfort Petits pois carottes Riz pilaf  Purée pomme - pruneau	Potage cresson  Salade de pâtes pépinettes au thon Salade de tomates  Orange	Soupe à l'oignon  Roti de porc à la bière Purée saint germain Endives braisées  Flan au caramel

## Du Lundi 6 au Dimanche 12 avril 2026

LUNDI 06/04/2026 DEJEUNER	MARDI 07/04/2026 DEJEUNER	MERCREDI 08/04/2026 DEJEUNER	JEUDI 09/04/2026 DEJEUNER	VENDREDI 10/04/2026 DEJEUNER	SAMEDI 11/04/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 12/04/2026 DEJEUNER
Poule au pot Légumes potée Blé  Gouda  Pomme Bio	Macédoine de légumes  Curry wurst Pommes de terre rissolées Carottes à l'étuvée  Flan café	Salade de concombre  Sauté de bœuf, sauce aux 4 épices Pennes à l'huile d'olive Navets à l'oriental  Poire	Salade de radis noir  Sauté de porc Riz pilaf Haricots beurre  Petits suisses nature	Duo de chou blanc et carottes râpés  Solo de hoki, <b>Ou</b> Escalope de dinde sauce citronnée Quinoa Blettes au jus de légumes  Purée pomme - banane	Rillettes de thon  Paleron de bœuf fondant Spaetzels à l'huile d'olive Brunoise de légumes  Orange	Chou-fleur  Roti de porc à la moutarde Pommes boulangères Endives braisées  Flan à la vanille
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Velouté de courgettes au cerfeuil  Lasagne de légumes Fenouil à la tomate  Yaourt nature	Crème de céleri Filet de merlu sauce à l'aneth Chou vert braisé au jus de légumes Croquets  Mosaïque de fruits au naturel	Velouté de brocolis  Escalope de dinde Épinards hachés à la béchamel Polenta à la crème  Fromage blanc nature	Potage Parmentier Steak haché de veau à la crème Purée de pommes de terre Brocolis en fleurette  Duo poire orange au jus	Potage 4 saisons  Salade Strasbourgeoise Salade de carottes  Yaourt brassé	Crème de rutabaga  Omelette nature Bouillabaisse à la tomate Brunoise maraichère  Yaourt nature	Potage vermicelles Filet de poulet, sauce financière Salsifis persillés Semoule  Pomme Bio

## Du Lundi 13 au Dimanche 19 avril 2026

LUNDI 13/04/2026 DEJEUNER	MARDI 14/04/2026 DEJEUNER	MERCREDI 15/04/2026 DEJEUNER	JEUDI 16/04/2026 DEJEUNER	VENDREDI 17/04/2026 DEJEUNER	SAMEDI 18/04/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 19/04/2026 DEJEUNER
<p>Taboulé à l'orientale</p> <p>Steak haché de veau au jus</p> <p>Pennes au beurre</p> <p>Poêlée de champignons</p> <p>Madeleine</p>	<p>Risotto de volaille et son bouillon</p> <p>Épinards à la crème</p> <p>Edam</p> <p>Cocktail de fruits au naturel</p>	<p>Salade mélangée</p> <p>Emincé de porc au jus</p> <p>Purée de brocolis</p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Salade de betteraves moutarde à l'ancienne</p> <p>Sauté de bœuf, sauce cumin</p> <p>Coquillettes au beurre</p> <p>Fondue de poireaux à la béchamel</p> <p>Orange</p>	<p>Tomate au pesto</p> <p>Filet de colin, sauce citronnée</p> <p>Ou Jambon à la dijonnaise</p> <p>Écrasé de pommes de terre ciboulette</p> <p>Piperade</p> <p>Petits suisses nature</p>	<p>Salade de fenouil</p> <p>Escalope de dinde, sauce tomate</p> <p>Lentilles</p> <p>Céleri persillé</p> <p>Salade d'agrumes</p>	<p>Fond d'artichaut à l'échalote</p> <p>Saucisse de Francfort</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Émincé de chou à choucroute</p> <p>Mousse vanille</p>
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
<p>Potage Crécy</p> <p>Filet de lieu à la crème de persil</p> <p>Pommes de terre vapeur</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Kiwi</p>	<p>Potage aux haricots verts</p> <p>Quiche provençale</p> <p>Purée de betteraves</p> <p>Pomme Bio</p>	<p>Velouté de panais à l'huile de noisette</p> <p>Tortilla</p> <p>Courgettes à la provençale</p> <p>Purée de pomme</p>	<p>Potage Mirepoix</p> <p>Émincé de dinde, sauce viande</p> <p>Riz pilaf</p> <p>Blettes persillées</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Salade de courgettes</p> <p>Œuf florentine / Blé</p> <p>Moelleux citron</p>	<p>Potage St Germain</p> <p>Rôti de porc froid et moutarde</p> <p>Salade de carottes</p> <p>Salade de pâtes</p> <p>Poire</p>	<p>Potage de tomates</p> <p>Clafoutis aux légumes</p> <p>Polenta à la crème</p> <p>Yaourt nature</p>

## Du Lundi 20 au Dimanche 26 avril 2026

LUNDI 20/04/2026 DEJEUNER	MARDI 21/04/2026 DEJEUNER	MERCREDI 22/04/2026 DEJEUNER	JEUDI 23/04/2026 DEJEUNER	VENDREDI 24/04/2026 DEJEUNER	SAMEDI 25/04/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 26/04/2026 DEJEUNER
Salade de chou rouge à la dijonnaise  Jambon blanc Salade de pommes de terre Salade de tomates  Kiwi	Poivronnade  Émincé de dinde, sauce crème Riz créole Haricots plats  Petits suisses nature	Salade de concombre  Émincé de veau, sauce échalote Tortis Trio de choux  Purée de pommes	Salade batavia  Jambon braisé, sauce viande Blé Blettes au jus de légumes  Fromage Blanc nature	Salade de carottes aux agrumes  Filet de colin, sauce ciboulette Ou Sauté de lapin à la sauge Polenta à la crème Courgettes au basilic  Cocktail de fruits au naturel	Pot au feu  Saint Paulin  Banane	Rillettes de thon  Filet de poulet, sauce à l'ancienne Pennes au beurre Fenouil braisé  Moelleux framboise
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Soupe à l'oignon  Omelette aux champignons Brocolis en béchamel Crozets  Yaourt nature	Potage à l'oseille  Filet de grenadier bleu, sauce citronnée Semoule Petits pois à l'anglaise  Yaourt brassé	Velouté d'asperges  Poêlée de haricots blancs aux petits oignons Julienne de légumes  Poire	Crème de champignons  Égrené de bœuf à la provençale Macaronis à l'huile d'olive Épinards à la crème  Orange	Potage de maïs  Omelette aux fines herbes Purée d'endives  Flan à la vanille	Potage vermicelles  Côte de porc, sauce charcutière Salsifis persillés Semoule  Yaourt nature	Velouté de patates douces  Salade de riz à la niçoise Salade de concombre bulgare  Pomme Bio