

INFORMATION →

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

Du lundi 14 au dimanche 20 septembre 2026

LUNDI 14/09/2026 DEJEUNER	MARDI 15/09/2026 DEJEUNER	MERCREDI 16/09/2026 DEJEUNER	JEUDI 17/09/2026 DEJEUNER	VENDREDI 18/09/2026 DEJEUNER	SAMEDI 19/09/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 20/09/2026 DEJEUNER
Salade de betteraves à la ciboulette	Concombre Tzatziki	Salade mélangée	Salade de haricots verts	Salade de carottes râpées à la ciboulette	Rillettes de thon	Pot au feu
Aiguillettes de poulet sauce Créole	Blanquette de veau	Sauté de porc aux olives noires	Steak haché de bœuf sauce échalote	Médailillon de saumon sauce aneth	Côte de porc sauce charcutière	Pommes de terre vapeur
Farfalle au beurre	Riz pilaf	Haricots rouges à la sauce tomate	Pommes de terre rissolées	Ou Pain de viande de veau sauce au poivre	Polenta à la crème	Légumes du pot
Ratatouille	Choux de Bruxelles	Carottes persillées	Courgettes à la provençale	Boulgour	Brunoise de légumes	Saint Nectaire AOP
Poire	Compote de pomme pruneau	Moelleux chocolat	Kaki	Fondue de poireaux à la crème	Pomme	Flan à la vanille
				Petits suisses nature		
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Potage Mirepoix	Velouté Dubarry	Potage de tomates	Soupe de poisson	Potage de céleri en branche	Crème d'épinards	Velouté d'asperges
Filet de lieu sauce citronnée	Pané du fromager	Omelette aux fines herbes	Tarte aux fromages	Emincé de porc au jus aux herbes	Moussaka	Petit salé au jus (porc)
Gratin de légumes et pommes de terre	Tomates rôties au four	Petits pois à la crème	Blettes au jus de légumes	Purée Saint Germain	Riz créole	Lentilles
Fromage blanc nature	Penne à l'huile d'olive	Ecrasé de pommes de terre à la persillade	Ananas au naturel	Compote pomme coing	Compote de pomme myrtille	Haricots beurre à l'ail
	Prunes rouges	Yaourt nature				Pêche

Du lundi 21 au dimanche 27 septembre 2026

LUNDI 21/09/2026 DEJEUNER	MARDI 22/09/2026 DEJEUNER	MERCREDI 23/09/2026 DEJEUNER	JEUDI 24/09/2026 DEJEUNER	VENDREDI 25/09/2026 DEJEUNER	SAMEDI 26/09/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 27/09/2026 DEJEUNER
Salade de courgettes Saucisse paysanne au jus (porc) Purée de légumes Fromage blanc nature	Mosaïque de légumes Fleischkiechle sauce crème Riz pilaf Poêlée de champignons Petits suisses nature	Salade d'endives Munstiflette (porc) Courgettes persillées Mirabelles au naturel	Salade de chou rouge Sauté de poulet au jus Boullgour Blettes à la béchamel gratinées Flan pistache	Cassolette de poisson à la bisque Ou Roulade de bœuf sauce poivre vert Spaetzel à l'huile d'olive Carottes à l'ail Camembert Raisin noir	Salade de cervelas (porc) Escalope de dinde sauce estragon Blé Fenouil braisé Compote de pomme	Salade de radis noir Bœuf sauce bourguignonne (porc) Penne au beurre Caponata d'aubergines Pomme au four à la cannelle
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Soupe minestrone Paupiette de dinde au jus Navets persillés Coquillettes au beurre Compote de pomme ananas	Potage aux haricots verts Choucroute de poissons Kiwi	Crème de panais Bouchée à la reine Tagliatelles Courge butternut braisé Compote de pomme figue	Œufs durs à la vinaigrette Tarte aux oignons Pêche	Velouté de courgettes au cerfeuil Crêpes aux champignons Salade de céleri cuit Madeleines	Potage vermicelle Chou-fleur à la polonaise Polenta à la crème Banane	Crème de laitue Boudin noir aux pommes (Porc) Purée de pommes de terre Jardinière de légumes Yaourt brassé nature

Délai de commande : 7 jours
Tél : 03 88 37 22 31
Mail : commandederepas@abrapa.asso.fr

Du lundi 28 septembre au dimanche 4 octobre 2026

LUNDI 28/09/2026 DEJEUNER	MARDI 29/09/2026 DEJEUNER	MERCREDI 30/09/2026 DEJEUNER	JEUDI 01/10/2026 DEJEUNER	VENDREDI 02/10/2026 DEJEUNER	SAMEDI 03/10/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 04/10/2026 DEJEUNER
Salade de chou-fleur Boulettes d'agneau au cumin Riz safrané Fondue de poireaux à la béchamel Yaourt nature	Filet de poulet au jus d'herbes Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive Piperade Edam Compote de pomme	Salade de chou rouge aux pommes Saucisse de Montbéliard au jus (porc) Lentilles Haricots beurre Yaourt nature	Taboulé à l'orientale Daube de bœuf Purée de potiron Kaki	Salade mélangée à la vinaigrette balsamique Colombo de poisson Ou Colombo de porc Penne au beurre Célerizotto Fromage blanc nature	Salade de céleri cuit Blanc de volaille au curry Pommes Rösti Brocolis Ananas au naturel	Pâté de campagne (porc) Poitrine de veau farcie en sauce Flageolets persillés Poêlée de champignons Mousse chocolat
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Velouté de brocolis Filet de grenadier bleu à la crème de persil Polenta à la crème Cordiale de légumes Pomme	Soupe à l'oignon Quiche lorraine (porc) Emincé de poireaux au jus Petits suisses nature	Potage de poireaux et pommes de terre Œufs à la florentine Tortis Prunes jaunes	Potage Saint Germain Emincé de dinde sauce poivre vert Haricots verts persillés Semoule Compote pomme rhubarbe	Velouté de fenouil Nuggets de blé et pois Julienne de légumes Riz pilaf Moelleux chocolat	Crème de potiron Travers de porc au jus Crozets à la crème Petits pois à l'étouffée Yaourt nature	Potage à l'oseille Steak haché de bœuf sauce poivre Chou-fleur à la ciboulette Blé Banane

Du lundi 5 au dimanche 11 octobre 2026

LUNDI 05/10/2026 DEJEUNER	MARDI 06/10/2026 DEJEUNER	MERCREDI 07/10/2026 DEJEUNER	JEUDI 08/10/2026 DEJEUNER	VENDREDI 09/10/2026 DEJEUNER	SAMEDI 10/10/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 11/10/2026 DEJEUNER
Crème d'épinards Rôti de dinde à la sauge Torsades tricolores Endives à la béchamel Poire	Oufs durs à la vinaigrette Sauté de bœuf aux petits oignons Gratin de légumes et pommes de terre Compote pomme fraise	Carottes râpées à la ciboulette Jambon braisé sauce raifort (porc) Farfalle à l'huile d'olive Brocoli Flan café	Salade de mâche Risotto de volaille au parmesan Poêlée d'haricots beurre, carottes et champignons Pomme bicolore	Filet de merlu à la crème safranée Ou Boulettes d'agneau au cumin Quinoa Courge butternut braisée Bleu Compote pomme banane	Presskopf (porc) Rôti de bœuf en sauce Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive Epinards hachés à la béchamel Kaki	Salade de betteraves Choucroute garnie (porc) Tarte à la rhubarbe
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Soupe de courgettes Hachis parmentier à la patate douce, carottes et lentilles Petits suisses nature	Velouté de céleri au paprika Aiguillettes de poulet à l'estragon Jardinière de légumes à la crème Polenta à la crème Raisin noir	Potage de légumes Filet de colin sauce citronnée Pommes de terre sautées Navets au paprika Fromage blanc nature	Soupe à la semoule grillée Paupiette de veau en sauce Chou rouge aux pommes à la cannelle Farfalle à l'huile d'olive Cocktail de fruits au naturel	Potage cresson Tarte aux fromages Poêlée d'autrefois Kiwi	Crème de légumes verts Clafoutis de carottes chorizo Spaetzel à l'huile d'olive Flan à la pistache	Velouté de patates douces Sauté de lapin au cidre Semoule Brunoise maraîchère Compote de pomme pruneau

Délai de commande : 7 jours
Tél : 03 88 37 22 31
Mail : commandederepas@abrapa.asso.fr