



POIVRESEL  
& bou'chou

Restauration solidaire et sociale

## MENUS À TENEUR RÉDUITE EN SEL

Semaine du 12 janvier au 18 janvier 2026

	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (livré le matin)
<b>LUNDI</b> 12 janvier	Filet de poulet sauce moutarde Blé Poêlée mérindionale Gouda Pomme	Potage de légumes Omelette nature Farfalle sauce tomate Yaourt aromatisé
<b>MARDI</b> 13 janvier	Velouté de courgettes Bœuf mode Spaetzle à l'huile d'olive Céleri persillé Moelleux au chocolat	Crème de panais Rôti porc au jus Chou-fleur béchamel Compote pomme banane
<b>MERCREDI</b> 14 janvier	Emincé de chou blanc Escalope de dinde sauce provençale Cordiale de légumes Pommes de terre vapeur Orange	Bouillon Thaï Blanquette de poisson Riz créole Yaourt nature et sucre
<b>JEUDI</b> 15 janvier	Céleri râpé vinaigrette Saucisse de Francfort au jus de viande Pommes de terre sautées Endives béchamel Petits suisses aux fruits	Potage Crécy Normandin de veau sauce poivre Haricots beurre au jus d'oignons Abricots au sirop
<b>VENDREDI</b> 16 janvier	Carottes râpées vinaigrette Filet de colin sauce bonne femme <b>ou</b> Filet de poulet sauce curry Pépinettes Navets glacés au paprika Compote de pêche	Potage de tomates Tarte aux oignons Crème dessert praliné
<b>SAMEDI</b> 17 janvier	Pâté de foie Rôti de bœuf sauce à l'échalote Crozets Ratatouille Banane	Velouté de potiron Œufs brouillés Semoule aux petits légumes Fromage blanc et crème de marron
<b>DIMANCHE</b> 18 janvier	Champignons à la grecque Longe de porc sauce viande Pommes de terre vapeur Emincé de chou à choucroute Tarte au citron meringuée	Mehlsuppe Escalope de dinde à la crème Poêlée de légumes Kiwi

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous



POIVRESEL  
& bou'chou

Restauration solidaire et sociale

## MENUS À TENEUR RÉDUITE EN SEL

Semaine du 19 janvier au 25 janvier 2026

	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (livré le matin)
<b>LUNDI</b> 19 janvier	Velouté de butternut à la crème Moussaka Riz pilaf Poire	Potage de betteraves glacées Filet de hoki sauce tomate Boulgour à la tomate Crème dessert chocolat
<b>MARDI</b> 20 janvier	Emincé de poulet sauce curry coco Nouilles chinoises aux légumes Edam Ananas au sirop	Crème d'endives Quiche aux légumes Salade de céleri cuit Kiwi
<b>MERCREDI</b> 21 janvier	Salade de mâche Sauté de porc à l'estragon Polenta à la crème Chou vert braisé au jus de légume Liégeois vanille	Potage mirepoix Tortilla et sauce tomate basilic Compote pomme passion
<b>JEUDI</b> 22 janvier	Salade de pois chiche et ciboulette Sauté de bœuf aux oignons Purée de brunoise de légumes Orange	Velouté de brocolis Aiguillettes de poulet au jus Epinards hachés braisés Fromage blanc au spéculoos
<b>VENDREDI</b> 23 janvier	Radis roses râpés au fromage blanc Filet de colin à l'indienne <b>ou</b> Sauté de poulet sauce indienne Pommes de terre sautées Carottes à l'ail Petits suisses aux fruits	Soupe à la semoule grillée Riz façon cantonaise Eclair à la vanille
<b>SAMEDI</b> 24 janvier	Chou rouge vinaigrette Emincé de dinde sauce crème viande Tagliatelles Navets persillés Compote de pomme	Velouté de patates douces Rôti porc au jus Gratin dauphinois Yaourt aromatisé
<b>DIMANCHE</b> 25 janvier	Haricots verts en salade Couscous royal Tarte aux framboises	Potage de légumes Filet de colin sauce ciboulette Fondue de poireaux à la béchamel Clémentine

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous





**MENUS À TENEUR RÉDUITE EN SEL**  
**Semaine du 26 janvier au 01 février 2026**

	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (livré le matin)
<b>LUNDI</b> 26 janvier	Betteraves vinaigrette au cumin Rôti de porc au caramel Pommes de terre sautées Brocolis aux amandes Orange	Potage 4 saisons Quiche provençale Yaourt nature et sucre
<b>MARDI</b> 27 janvier	Velouté d'épinards Sauté de poulet au citron Purée de butternut Gaufre bruxelloise	Potage Parmentier Filet de merlu sauce aux poivrons Blé Poire
<b>MERCREDI</b> 28 janvier	Macédoine de légumes vinaigrette Emincé de veau sauce paprika Coquillettes au beurre Petits pois sauce crème Pomme cuite à la cannelle	Velouté panais à l'huile de noisette Jambon blanc Crozets à la crème Crème prise à la fleur d'oranger
<b>JEUDI</b> 29 janvier	Carottes râpées vinaigrette persillée Côte de porc aux oignons Lentilles Julienne de légumes Yaourt entier à la vanille	Crème de navet au cerfeuil Steak haché de bœuf sauce échalote Penne à l'huile d'olive Cocktail de fruits au sirop
<b>VENDREDI</b> 30 janvier	Salade mélangée Filet de colin à la crème de persil <b>ou</b> Steak haché de veau au jus Polenta rôtie Blettes à la provençale Spécialité pomme framboise	Velouté de potiron Emincé de dinde sauce viande Riz créole Crème dessert au café
<b>SAMEDI</b> 31 janvier	Estouffade de bœuf Pommes de terre vapeur Céleri braisé Saint Paulin Banane	Bouillon de volaille aux vermicelles Saucisse de Francfort au jus de viande Poêlée de haricots blancs aux poivrons Mousse au citron
<b>DIMANCHE</b> 1 février	Salade de blé Haut de cuisse de poulet moutarde Spaetzle à l'huile d'olive Poêlée de légumes Tarte aux pommes	Soupe à la bière Omelette nature Chou-fleur persillé Pomme

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous



**PORTAGE**  
**de repas**

**Menus**  
**À TENEUR RÉDUITE EN SEL**  
**Du 12 janvier au 1er février 2026**

JEAN-MARC HAAS



NOUVEAU PRÉSIDENT  
DE L'ABRAPA

Présentation...

Jean-Marc HAAS a été élu Président de l'abrapa le 31 octobre dernier succédant à Jean-Jacques PIMMEL qui aura œuvré 31 ans à la tête de l'Association.

Administrateur de l'abrapa depuis 1984 et Vice-Président Délégué depuis 2005, il est âgé de 74 ans.

Retraité, il a d'abord œuvré en tant que journaliste/pigiste, avant d'occuper la fonction de Secrétaire Général de l'UNIAT (Union Nationale des Invalides et Accidentés du Travail) de 1984 à 2011.

Il est membre du CESER Grand Est (Conseil Economique Social et Environnemental du Grand Est) et est, en parallèle, très investi dans le domaine du sport où il assure de nombreuses fonctions bénévoles : Président du Comité Régional Olympique et Sportif Grand Est (CROS), du CFA des métiers du sport et de l'animation du Grand Est, du Comité Départemental de Tir du Bas-Rhin, de l'Amitié Lingolsheim Omnisports...

Arrivant dans une conjoncture économique et sociale complexe pour l'abrapa, il a avec son équipe et la Direction de l'Association, de nombreux défis à relever; sa feuille de route s'inscrit en ce sens. Porté par un mot d'ordre simple « Pousser les nuages ! » c'est déterminé et optimiste qu'il entend mener l'abrapa vers l'avenir et lui permettre de poursuivre sa mission en faveur des plus fragiles.

**N° à contacter**

**Téléphone :**  
**03.88.37.22.31**

