

**menus
DIABÉTIQUES**

DU 28 OCTOBRE AU 3 NOVEMBRE 2024

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 28 octobre	Potage au pistou Galopin de veau sauce champignon Polenta Piperade Poire Mouliné : compote	Potage de lentilles corail Boudin noir sauce brune Ecrasé de pommes de terre Haricots verts Quetsches au naturel
MARDI 29 octobre	Feuilleté au fromage Rôti de bœuf sauce mironton Purée de légumes Brassé végétale coco	Crème d'asperges Blanquette de poisson Riz pilaf Céleri braisé Compote pomme
MERCREDI 30 octobre	Terrine de légumes Emincé de porc au thym Pommes de terre persillées Epinards Orange	Soupe de navets Omelette au fromage Gratin de légumes Mousse aux fruits rouges
JEUDI 31 octobre Livré le 29/10	Couscous garni Semoule et légumes à l'oriental Brebicrème Crème à la vanille	Plat froid Velouté de potiron Escalope de volaille panée Macédoine de légumes à la vinaigrette Purée de poire
VENDREDI 1 ^{er} novembre TOUSSAINT Livré le 30/10	Salade de carottes au cumin Fleur de la mer ou Fricassée de veau au paprika Tagliatelles Poêlée de légumes Madeleine	Velouté de brocolis Jambon blanc tradition Bibeleskass Pommes de terre sautées Salade verte Fromage blanc aux agrumes
SAMEDI 2 novembre Livré le 30/10	Presskopf Sauté de poulet tandoori Flageolets aux aromates Tomates au four Ananas	Soupe de courgettes Risotto aux asperges Salade de haricots verts Mousse au chocolat
DIMANCHE 3 novembre Livré le 31/10	Poireaux vinaigrette Bœuf bourguignon Purée de carottes Tarte à la pêche	Crème de légumes Saucisse grillée Curry de légumes Petit suisse nature

**menus
DIABÉTIQUES**

DU 4 AU 10 NOVEMBRE 2024

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 4 novembre Livré le 31/10	Salade de cœurs de palmier Rôti de dinde à la dijonnaise Spaëtzle Salsifis persillés Pomme Mouliné : compote	Soupe à l'oseille Foie de génisse charcutière Gnocchis Duo de courgettes Yaourt aux fruits
MARDI 5 novembre	Potage breton Normandin de veau au jus Riz Haricots plats Mirabelle au naturel	Crème de fenouil Filet de colin sauce béarnaise Pomme de terre persillées Brocolis Yaourt au lait de brebis
MERCREDI 6 novembre	Nouveau : Salade de céleri au fromage blanc Choucroute garnie Purée de pomme pêche	Potage célestine Hachis Parmentier Batavia Crème dessert au citron
JEUDI 7 novembre	Nouveau : Rillettes de thon à la niçoise Cocotte de poulet Basquaise Duo de céréales Ratatouille Fromage blanc à la quetsche cannelle	Plat froid Velouté aux poireaux Côte cuite Salade de pâtes Duo de crudités Clémentines
VENDREDI 8 novembre Livré le 6/11	Poêlée côte d'opale ou Tranche de bœuf au romarin Purée de potiron Délice d'emmental Banane	Soupe au lait Timbale de pommes de terre aux petits légumes Salade de radis rose Douceur de fruits et mousse vanille
SAMEDI 9 novembre Livré le 7/11	Salade coleslaw Palette fumée au jus Lentilles à la ménagère Carottes persillées Raisin noir	Velouté de volaille Œuf brouillé Pommes de terre rissolées Scarole Cake citron
DIMANCHE 10 novembre Livré le 7/11	Salade de carottes cuites à la coriandre Roulade de veau sauce marchand de vin Coquillettes / choux de Bruxelles Tarte à l'ananas	Soupe à la bière Quiche Lorraine Julienne de légumes Crème brûlée

menus
DIABÉTIQUES

DU 11 AU 17 NOVEMBRE 2024

MIDI

SOIR (livré le matin)

	MIDI	SOIR (livré le matin)
LUNDI 11 novembre ARMISTICE	Croisillon aux champignons Daube de bœuf Gratin de pommes de terre et poireaux Purée de pomme pruneaux	Consommé brunoise Rognon de porc sauce crème Farfalles Flan de légumes Petits suisses nature
MARDI 12 novembre Livré le 8/11	Potage aux légumes d'hiver Effiloché de volaille à la marjolaine Bouloghour Légumes à l'oriental Délice flan coco	Potage minestrone Filet de merlu à l'Américaine Petits pois carotte Raisins
MERCREDI 13 novembre	Salade de radis blanc vinaigrette Cervelas obernois Purée de chou vert Fromage blanc à la framboise	Soupe chinoise Mini penne au thon et aux légumes Crème tiramisu
JEUDI 14 novembre	Salade de champignons Quenelle de foie aux oignons Pommes de terre sautées Carottes Yaourt à la grec	Potage à l'alsacienne Cannelloni Salade feuille de chêne Banane
VENDREDI 15 novembre	Salade de choux fleurs Filet de lieu au cidre ou Emincé de veau à l'ancienne Gratin de salsifis aux petits légumes Mandarines	Soupe de vermicelles Moussaka Riz Cake pêche
SAMEDI 16 novembre	Potée Lorraine Légumes potée Carré frais Salade d'agrumes	Soupe à la tomate Œuf florentine Pomme de terre vapeur Fromage blanc à la vanille
DIMANCHE 17 novembre	Terrine de légumes Rôti de dinde façon orloff Cœur de blé Duo de choux Clafoutis de fruits rouges	Plat froid Potage crécy Salade de viande Salade de betterave ciboulette Quartier de pommes senteurs d'Alsace

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous

abrapa
ensemble partageons la vie

abrapa
ensemble partageons la vie

PORTAGE
de repas

menus DIABÉTIQUES
DU 28 OCTOBRE AU 17 NOVEMBRE 2024

MEMO, RAPPEL ou tout simplement pense-bête utile à garder sous la main, retours sur les principales modalités de notre service :

LA LIVRAISON DES REPAS

Lundi : livraison du repas de mardi

Mardi : livraison du repas de mercredi

Mercredi : livraison du repas de jeudi

Jeudi : livraison du repas de vendredi et samedi

Vendredi : livraison du repas de dimanche et lundi

Votre présence est impérative afin d'éviter au porteur de s'inquiéter face à une porte close.

LA COMMANDE DES REPAS

Vous souhaitez commander, modifier ou annuler un repas, merci de nous téléphoner au 03 88 37 22 31 ou faire un mail à commandederepas@abrapa.asso.fr dans un délai de 5 jours ouvrés (lundi au vendredi).

LA CONSERVATION DES REPAS

Afin d'éviter la rupture de la chaîne du froid, les repas doivent être placés immédiatement dans le réfrigérateur dès réception.

N'hésitez pas à nous contacter pour toutes questions, nous sommes à votre écoute !

N° à contacter

Tél. 03 88 37 22 31

POIVRESEL
& boutéhou
Restauration solidaire et sociale