

Menus sans sel

Lundi 2 au dimanche 8 mars 2026

LUNDI 02/03/2026 DEJEUNER	MARDI 03/03/2026 DEJEUNER	MERCREDI 04/03/2026 DEJEUNER	JEUDI 05/03/2026 DEJEUNER	VENDREDI 06/03/2026 DEJEUNER	SAMEDI 07/03/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 08/03/2026 DEJEUNER
Salade de carottes Émincé de bœuf au paprika Riz pilaf Chou-fleur persillé Crème dessert vanille	Macédoine de légumes Saucisse de Francfort au jus Haricots blancs Blettes au jus de légumes Pomme	Salade d'endives Sauté de poulet au citron Pommes de terre sautées Haricots verts Moelleux au chocolat	Egréné de bœuf, sauce tomate au basilic / penne à l'huile d'olive Julienne de légumes Gouda Banane	Salade de chou-blanc au cumin Filet de grenadier bleu sauce à l'aneth ou escalope de dinde à la crème / purée de pomme de terre Céleri sauce béchamel Yaourt aromatisé	Salade de radis noir et céleri Filet de poulet au jus Légumes à la béchamel Compote pomme - pruneau	Rillettes de thon Sauté de bœuf sauce crème Coquillettes au beurre Navets braisés Tarte aux pommes
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Potage à la tomate Filet de colin, sauce ciboulette Poêlée méridionale Orange	Potage St Germain Lasagnes de légumes Yaourt nature	Soupe printanière Omelette nature Embeurré de chou-vert Compote de poire	Salade iceberg Tarte à l'oignon Flan vanille nappé caramel	Velouté de butternut à la crème Roti de porc à l'estragon Salsifis Ananas au sirop	Potage 4 saisons Jambon blanc Salade de riz tomate Poire	Velouté d'asperges Boudin noir au jus d'oignons Écrasé de pommes de terre à l'huile d'olive Liégeois café

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

Lundi 9 au dimanche 15 mars 2026

LUNDI 09/03/2026 DEJEUNER	MARDI 10/03/2026 DEJEUNER	MERCREDI 11/03/2026 DEJEUNER	JEUDI 12/03/2026 DEJEUNER	VENDREDI 13/03/2026 DEJEUNER	SAMEDI 14/03/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 15/03/2026 DEJEUNER
Colombo de dinde Semoule Epinards à la crème Edam Clémentines	Salade de chou-fleur persillée Bœuf mode Purée de patates douces Carottes à l'étuvée Eclair à la vanille	Salade de mâche Émincé de porc au jus d'herbes Riz basmati Courgettes au cumin Banane	Radis roses râpés, sauce fromage blanc, herbes et échalotes Aiguillette de poulet à l'huile d'olive romarin Haricots blancs à la sauce tomate Jardinière de légumes Yaourt aux fruits	Duo de chou blanc et carottes Dieppoise de hoki ou Steak haché de veau au jus Boulghour Brocolis à la béchamel Compote de pomme passion	Jambon blanc Roti de bœuf, sauce à l'échalote Tagliatelles Haricots plats Pomme Bio	Salade de betteraves Saucisse de Francfort Pomme de terre vapeur Emincé de chou à choucroute Flan pâtissier
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Potage Parmentier Tortis, sauce lentille et tomate Crème dessert praliné	Crème de navet au cerfeuil Jambon blanc Salade de petits pois, vinaigrette à la menthe Abricots au sirop de thé	Crème de champignons Filet de merlu, sauce à l'oseille Farfalles à l'huile d'olive Mousse au chocolat	Soupe à l'oignon Steak haché de veau, sauce forestière Pommes de terre rissolée Pomme au four à la cannelle	Potage vermicelle Quiche provençale Flan vanille nappé caramel	Soupe de courgettes Œuf brouillé Carottes et champignons Pannacotta straciatella	Soupe à la semoule grillée Escalope de dinde, sauce viande Navets confits au miel et aux 4 épices Orange

Lundi 16 au dimanche 22 mars 2026

LUNDI 16/03/2026 DEJEUNER	MARDI 17/03/2026 DEJEUNER	MERCREDI 18/03/2026 DEJEUNER	JEUDI 19/03/2026 DEJEUNER	VENDREDI 20/03/2026 DEJEUNER	SAMEDI 21/03/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 22/03/2026 DEJEUNER
Salade de riz Steak haché de bœuf, sauce poivre Polenta à la crème Julienne de légumes Spécialité pomme framboise	Emincé de dinde sauce curry Pommes de terre lamelles Trio de choux Saint Paulin Poire	Salade de chou-rouge Coquillettes, sauce carbonara Petits suisses nature	Salade batavia Sauté de bœuf Marengo Semoule Haricots beurre Orange	Salade de fenouil Filet de colin sauce à l'aneth ou saucisse de Francfort Pommes de terre vapeur Carottes vichy Fromage blanc au spéculoos	Salade d'endives aux raisins Filet de poulet au jus Tortis trois couleurs Ratatouille Compote de pomme passion	Rillettes de thon Baeckeoffe Millefeuilles
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Potage St Germain Filet de grenadier bleu sauce citronnée Macaroni Kiwi	Crème de laitue Quiche aux légumes Salade de céleri cuit Yaourt aromatisé	Potage Mehlsupe Omelette parmentière Pruneaux au sirop	Crème de panais Salade de pâte façon Cesar Crème dessert au café	Velouté de brocolis Ragout de haricots rouge et riz pilaf Paris brest	Potage de légumes Rôti de porc à la moutarde Pôlée d'autrefois Poire	Velouté Dubarry Griesknepfle (Galette de semoule) Purée de pomme Liégeois au chocolat

Lundi 23 au dimanche 29 mars 2026

LUNDI 23/03/2026 DEJEUNER	MARDI 24/03/2026 DEJEUNER	MERCREDI 25/03/2026 DEJEUNER	JEUDI 26/03/2026 DEJEUNER	VENDREDI 27/03/2026 DEJEUNER	SAMEDI 28/03/2026 DEJEUNER	DIMANCHE 29/03/2026 DEJEUNER
Salade de betteraves Jambon au jus Flageolets à l'ail Cordiale de légumes Clémentines	Salade de brocolis Émincé de veau en sauce Farfalles à l'huile d'olive Céleri braisé Beignet à la framboise	Radis roses râpés, sauce fromage blanc, herbes et échalotes Rôti de dinde à la sauge Riz créole Haricots plats Compote pomme - coing	Émincé de chou-blanc Sauté de porc à l'estragon Pommes de terre au four Navets au paprika Yaourt aux fruits	Salade de concombre bulgar Filet de grenadier bleu à la crème de persil ou émincé de dinde sauce dijonnaise Boulghour Courgette à la provençale Cocktail de fruits aux sirop	Rôti de bœuf, sauce daube Purée de pommes de terre Carottes à l'ail Gouda Poire	Pâté de foie Coq au vin Tagliatelles Chou rouge braisé au jus de légumes Tarte noix de coco
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
Velouté d'asperges Tarte à l'oignon Petits suisses aux fruits	Potage aux haricots verts Filet de merlu, sauce normande Pommes de terre Vapeur Pomme	Salade mélangée Œuf brouillé Crozet à la crème Flan vanille nappé caramel	Crème d'épinards Egréné de bœuf sauce au cumin Spaghetti au beurre Pomme au four à la cannelle	Potage Crécy Haut de cuisse de poulet, sauce basquaise Petits pois, sauce crème Crème dessert vanille	Bouillon de volaille avec vermicelles Jambon blanc Salade de lentilles Liégeois café	Potage Mirepoix Œuf florentine Orange