

**menus**  
**DIABÉTIQUES**  
à teneur réduite en sel

**DU 21 AU 27 AVRIL 2025**

	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (livré le matin)
<b>LUNDI</b> 21 avril	Taboulé de quinoa Navarin d'agneau Flageolets à l'ail Brunoise de légumes Orange	Crème d'épinards Omelette nature poêlée d'aubergines Mousse vanille édulcorée
<b>MARDI</b> 22 avril	Rôti de porc au jus Mélange de céréales bio Haricots plats Edam Flan chocolat édulcoré	Crème de petits pois Salade de pate façon Caesar Radis noir rapé sauce vinaigrette Pomme
<b>MERCREDI</b> 23 avril	Salade batavia Sauté de boeuf au thym Polenta à la crème Ratatouille Flan caramel édulcoré	Soupe à l'oignon Saumonette sauce citronnée Epinards sauce béchamel Purée pomme banane
<b>JEUDI</b> 24 avril	Macédoine de légumes vinaigrette Emincé de volaille au paprika Purée de brocolis Banane	Potage Mirepoix Rôti de porc sauce Andalouse Carottes à l'étuvée Petits suisses natures 20%
<b>VENDREDI</b> 25 avril	Concombre Tzatziki Filet de merlu sauce à l'aneth <b>ou</b> Egrené de boeuf sauce Arrabiata Blettes à la tomate Riz créole Cocktail de fruits au naturel	Potage de betteraves glacées Pois chiches aux légumes épicés et semoule Légumes couscous Madeleine
<b>SAMEDI</b> 26 avril	Emincé de chou blanc Saucisse de Francfort Cordiale de légumes Petits pois à l'anglaise Purée pomme coing	Soupe printanière Quiche provençale Salade batavia vinaigrette dosette Yaourt aux fruits 0%
<b>DIMANCHE</b> 27 avril	Houmous Rôti de veau à la sauge Chou romanesco Gratin dauphinois Moelleux citron	Potage 4 saisons Wok Asiatique de légumes à la volaille Blé à l'huile d'olive Kiwis

**menus**  
**DIABÉTIQUES**  
à teneur réduite en sel

**DU 28 AVRIL AU 4 MAI 2025**

	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (livré le matin)
<b>LUNDI</b> 28 avril	Betteraves vinaigrette au cumin Pâtes spaghetti sauce bolognaise Céleri braisé Pomme	Potage de maïs Curry céréales lentilles carottes amandes Carottes à l'ail Fromage blanc nature
<b>MARDI</b> 29 avril	Oeufs durs vinaigrette dosette Aiguillettes de poulet sauce suprême Riz créole Chou romanesco Purée de pomme poire	Velouté de butternut à la crème Filet d'églefin à la crème de persil Pommes de terre vapeur Moelleux cacao
<b>MERCREDI</b> 30 avril	Salade de tomates vinaigrette à l'échalote Roti de porc à la moutarde Purée de courgettes Kiwi	Potage Parmentier Quiche aux légumes Salade batavia Riz au lait à la vanille
<b>JEUDI</b> 1 <sup>er</sup> mai <b>FÉRIÉ</b> Fête du Travail Livraison le 29/04	Céleri râpé au fromage blanc Axa de boeuf Pommes de terre sautées Piperade Flan praliné édulcoré	Velouté de carottes Pilons de poulet rôtis Brunoise de légumes provençaux Purée pomme pruneau
<b>VENDREDI</b> 2 mai Livraison le 30/04	Carottes râpées vinaigrette à la ciboulette Filet de hoki aux baies roses <b>ou</b> Saucisse de Francfort Farfalle au beurre / Chou fleur persillé Abricots au naturel	Soupe de courgettes Jambon blanc Salade de riz tomate vinaigrette Yaourt nature
<b>SAMEDI</b> 3 mai Livraison le 30/04	Escalope de dinde au jus Quinoa Ratatouille Saint paulin Banane	Crème de panais Clafoutis aux légumes Salade mélangée vinaigrette Flan pistache édulcoré
<b>DIMANCHE</b> 4 mai Livraison le 02/05	Pâté de foie pauvre Gigot d'agneau au jus d'ail Flageolets Haricots beurre Tarte à la poire	Potage vermicelle Boudin noir au jus d'oignons Pomme entière rôtie Orange

**menus DIABÉTIQUES  
À TENEUR RÉDUITE EN SEL**  
DU 21 AVRIL AU 4 MAI 2025

**MISSIONS DU PORTEUR**

Qu'il s'appelle Paul, Jacques ou Véronique, votre porteur de repas Abrapa vous livre vos repas à domicile au rythme que vous souhaitez.

Plus qu'un simple livreur, il se doit d'être précis, organisé, méthodique et prévoyant et s'assurer de posséder toute la commande pour réaliser sa mission.

Sur le plan humain, il est aimable et accueillant, il a le sens de l'organisation et connaît parfaitement la zone géographique à livrer.

Et parce qu'au-delà de sa mission de livraison il se soucie de vous, il s'inquiète lorsque vous n'ouvrez pas la porte !

Enfin, il est également responsable de l'hygiène et de l'entretien de son véhicule afin de vous assurer une livraison dans des conditions optimales.

Vous l'aurez compris, à l'Abrapa, un porteur de repas est bien plus qu'un simple livreur !

Bon appétit !



**N° à contacter**

Tél. 03 88 37 22 31

