

menus

DU 7 AU 13 JUILLET 2025

MIDI

SOIR (livré le matin)

LUNDI

7 juillet

Emincé de porc sauce charcutière
Penne à l'huile d'olive
Céleri braisé
Saint Nectaire AOP
Pomme jaune

Mosaïque de légumes vinaigrette
Salade de riz à la niçoise
Yaourt brassé aux fruits mixés

MARDI

8 juillet

Haricots verts en salade
Pilon de poulet à la mexicaine
Ecrasé de pommes de terre
à l'huile d'olive
Jardinière de légumes
Compote pomme banane

Crème de lentilles
Egletin sauce homardine
Boulgour
Nectarine

MERCREDI

9 juillet

Salade batavia à l'emmental
Sauté de bœuf sauce champignons
Torti à l'huile d'olive
Carottes vichy
Beignet au chocolat

Potage 4 saisons
Rôti de porc à la moutarde
Brocolis
Crème dessert praliné

JEUDI

10 juillet

Salade de tomates à la ciboulette
Omelette aux poivrons
Mélange de céréales
Epinards hachés braisés jus de légumes
Fromage blanc
et son coulis de fruit rouge

Râpé de courgettes vinaigrette
Tourte vigneronne
Pomme cuite à la cannelle

VENDREDI

11 juillet
Livré le 09/07

Céleri rémoulade
Hoki meunière et citron frais
ou Côte de porc au jus d'herbes
Spaetzle à l'huile d'olive
Ratatouille
Pêche

Potage Parmentier
Emincé de poulet à l'estragon
Purée de carottes
Eclair café

SAMEDI

12 juillet
Livré le 10/07

Salade de pois chiches, maïs et poivrons
Paleron de bœuf sauce au poivre
Pommes de terre sautées
Fondue de poireaux à la béchamel
Salade de fruits

Potage de tomates
Gratin de crozet au jambon
Flan vanille nappé caramel

DIMANCHE

13 juillet
Livré le 10/07

Fond d'artichaut vinaigrette
Paella au poulet
Tarte noix de coco

Velouté d'épinards et ricotta
Sauté de veau à la crème
Cordiale de légumes
Poire

REPAS DE REMPLACEMENT

RAVIOLIS À LA VIANDE ET CRÈME DE PISTOU / BRUNOISE MARAICHÈRE

menus

DU 14 AU 20 JUILLET 2025

MIDI

SOIR (livré le matin)

LUNDI

14 juillet
Férié - Fête Nationale
Livré le 11/07

Betteraves cubes
au vinaigre de framboise
Tranche de bœuf fondante au jus
Haricots rouges façon chili con carne
Piperade
Crème dessert vanille

Velouté de céleri au paprika
Clafoutis à la courgette
et sauce tomate
Courgettes au thym
Prunes jaunes

MARDI

15 juillet
Livré le 11/07

Tomate farcie au jus
Blé
Gouda Bio
Pêche

Potage aux petits pois
Sauté de dinde au romarin
Gratin dauphinois
Yaourt nature et sucre

MERCREDI

16 juillet

Salade de céleri cuit
Spaghetti sauce carbonara
Cocktail de fruits au sirop

Crème de champignons
Filet de merlu sauce basquaise
Salsifis ail et persil
Abricot

JEUDI

17 juillet

Taboulé à la menthe
Steak haché de veau sauce beaujolaise
Haricots verts
Banane

Carottes râpées vinaigrette
Jambon blanc
Macédoine de légumes mayonnaise
Madeleine longue au chocolat

VENDREDI

18 juillet

Salade mélangée et sa vinaigrette
Filet de lieu crème safranée
et dés de tomates
ou Emincé de poulet à l'orientale
Boulgour et brunoise de légumes
Petits suisses aux fruits

Velouté chou fleur
Tortellini 4 fromages sauce crème
Pruneaux au thé

SAMEDI

19 juillet

Melon charentais
Tajine d'agneau aux raisins
Semoule
Légumes tajine
Pomme bicolore

Potage vermicelle
Rôti de porc au romarin
Carottes braisées
Fromage blanc au miel

DIMANCHE

20 juillet

Presskopf
Escalope de dinde aux petits oignons
Spaetzle à l'huile d'olive
Chou rouge braisé au jus de viande
Gâteau basque

Potage de légumes d'été
Moussaka
Riz basmati
Spécialité pomme framboise

REPAS DE REMPLACEMENT

FILET DE COLIN SAUCE À L'ANETH / RIZ AUX PETITS LÉGUMES

DU 21 AU 27 JUILLET 2025

menus

MIDI

SOIR (livré le matin)

LUNDI 21 juillet	Pain de viande sauce tomate Mélange de céréales Courgettes à la provençale Munster AOP Clafoutis aux cerises	Crème de lentilles Sauté de dinde sauce Dijonnaise Printanière de légumes Pomme jaune
MARDI 22 juillet	Salade de germes de soja et maïs Langue de boeuf sauce charcutière Pommes de terre vapeur Salsifis Prunes vertes	Gaspacho de tomates Salade de pâtes pépinettes au thon Crème dessert au café
MERCREDI 23 juillet	Carottes râpées vinaigrette Sauté de porc aux olives noires Blé Tomates rôties au four Fromage blanc et son coulis de fruit rouge	Potage Mehlsupe Polenta crémeuse champignons, pois chiche Moelleux au chocolat
JEUDI 24 juillet	Salade Iceberg et vinaigrette Emincé de poulet sauce barbecue Dip potatoes Haricots beurre persillés Salade de fruits Acapulco	Potage de pâtes perlées Merguez sauce à l'orientale Légumes couscous Petit suisse aux fruits
VENDREDI 25 juillet	Concombre radis fromage blanc aux herbes Filet de merlu sauce aux baies roses ou Jambon à la graine de moutarde Penne à l'huile d'olive Epinards hachés à la béchamel Banane	Velouté de petits pois glacés à la menthe Salade de pot-au-feu Melon charentais
SAMEDI 26 juillet	Rôti de dinde sauce origan Riz pilaf Poêlée méditerranéenne aux légumes grillés Fromage ail et fines herbes Yaourt entier à la vanille	Crème de légumes verts Flan aux dés de jambon Haricots plats à l'espagnole Compote pomme cassis
DIMANCHE 27 juillet	Terrine de campagne et cornichons Goulash de boeuf Ecrasé de pommes de terre Piperade Abricots aux amandes grillées	Salade de carottes cuites à la Marocaine Quiche aux légumes et chèvre Flan saveur chocolat

REPAS DE REMPLACEMENT

ESCALOPE DE DINDE FAÇON MILANAISE / COURGETTES À LA PROVENÇALE

En cas de question sur les allergènes, contactez-nous

abrapa
ensemble partageons la vie



abrapa
ensemble partageons la vie

**PORTAGE
de repas**

menus

DU 7 AU 27 JUILLET 2025

LE SERVICE « BIP TRANQUILLE »



Fidèle à sa mission d'utilité publique, notre association s'engage depuis toujours pour proposer une gamme complète de services adaptées à vos besoins.

Parmi eux, le service « Bip Tranquille » propose des solutions de téléassistance pour vous sécuriser à votre domicile ou à l'extérieur.

Des questions ? Contactez-nous au **03 88 37 22 35** ou par mail : **biptranquille@abrapa.asso.fr**

*Pour toute nouvelle souscription jusqu'au 31/08/2025. Soit 50€ offerts pour le coût d'une installation.

N° à contacter

Tél. 03 88 37 22 31

**POIVRESEL
& boutchou**
Restauration solidaire et sociale