

# Centre Intercommunal d'Action Sociale du PAYS GRENAOIS



Artassenx - Bascons - Bordères et Lamensans - Castandet - Cazères sur l'Adour - Grenade sur l'Adour -  
Larrivière Saint-Savin - Le Vignau - Lussagnet - Maurrin - Saint-Maurice sur l'Adour

## MENUS DIABETIQUES ET ALLEGES EN SEL : DU 1ER AU 7 JANVIER 2019

	MARDI 1	MERCREDI 2	JEUDI 3	VENDREDI 4	SAMEDI 5	DIMANCHE 6	LUNDI 7
	FEUILLETE CHEVRE FONDU	SALADE COMPOSEE	DUO DE RAPEES	HARICOTS VERT EN SALADE	SAL DE BLANCS DE VOLAILLE	SAL. HARICOTS PANANCHES	CAROTTES RAPEES
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
	NOIX DE ST JACQUES SAUCE POIREAUX	CHOU FARCI SAUCE TOMATE	BŒUF MIRONTON	BOULETTES AGNEAU SCE POIVRE	SAUTE DE VEAU	**ENDIVES AU JAMBON**	BOULETTE BŒUF SCE POIVRE
	POMMES DUCHESSES 200GR	POMMES VAPEUR 200GR	SALSIFIS PERSILLES	EPINARDS P DE TERRE AVEC 200GR DE P DE TERRE	HARICOTS BLANC A LA TOMATE 200GR	PLAT COMPLET	BLETTES A LA CREME
	POEELE DE LEGUMES		SEMOULE 200GR			SPAGHETTI 200GR	RIZ AU BEURRE 200GR
	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT
	FRUIT	YAOURT SUCRE	FROMAGE BLANC S/SUCRE	YAOURT NATURE S/SUCRE	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT	COMPOTE S/SUCRE

## MENUS DIABETIQUES ET ALLEGES EN SEL : DU 8 AU 14 JANVIER 2019

	MARDI 8	MERCREDI 9	JEUDI 10	VENDREDI 11	SAMEDI 12	DIMANCHE 13	LUNDI 14
	CHOU BLANC VINAIGRETTE	SALADE DE CONCOMBRES	SALADE VERTE CROUTONS	CELERI REMOULADE	POIREAU VINAIGRETTE	MACEDOINE MAYONNAISE	SAL PATES TRICOLORES
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
	COLIN SAUCE HOLLANDAISE	POULET ROTI AU JUS	TAJINE DE BŒUF	OMELETTE AU FROMAGE**	PINTADE BRUNOISE	**PAELLA** RECETTE DU CHEF	MIGNONNETTE MOUTON TOMATE
	HARICOTS BLANC A LA TOMATE 200GR	PUREE 200GR	POMMES NOISETTES 200GR	BLE 200GR	EPINARDS A LA CREME AVEC 200 GR PDT	PLAT COMPLET AVEC 200 GR DE RIZ	LENTILLES 200GR
	HARICOTS PLATS	CELERI A LA CREME	CAROTTES BEURRE	DUO DE COURGETTES			CHOU FLEUR AU BEURRE
	COMPOTE S/SUCRE	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT	COMPOTE S/SUCRE	FROMAGE BLANC S/SUCRE	YAOURT NATURE S/SUCRE	YAOURT NATURE S/SUCRE
	FRUIT	FRUIT	YAOURT NATURE S/SUCRE	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT

## MENUS DIABETIQUES ET ALLEGES EN SEL : DU 15 AU 21 JANVIER 2019

	MARDI 15	MERCREDI 16	JEUDI 17	VENDREDI 18	SAMEDI 19	DIMANCHE 20	LUNDI 21
	CONCOMBRES VINAIGRETTE	BETTERAVES VINAIGRETTE	SALADE FRAICHEUR	CAROTTES RAPEES	ARTICHAUT A LA GRECQUE	TABOULE	CAROTTES RAPEES
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
	PAUPIETTE DE VEAU A LA CREME	FRICASSEE DE DINDE	GOULASH DE BŒUF	SAUMONETTE SAUCE A LA MOUTARDE	OMELETTE AU FINES HERBES	ROTI DE VEAU BUCHERONNE	SAUTE DE DINDE CHAMPIGNONS
	POMMES NOISETTES	PUREE 200GR	TORTI AU BEURRE 200GR	RIZ AU BEURRE 200GR	ENDIVES BRAISEES	BLE AU BEURRE 200GR	HARICOTS PLATS
	COURGETTES SAUTEES	CAROTTES AU BEURRE	BATONNIERE LEGUMES	HARICOTS BEURRE PERSILLES	COQUILLETES AU BEURRE 200GR	CHOU BRUXELLES	BLE AU BEURRE 200GR
	COMPOTE POMMES S/SUCRE	FROMAGE BLANC S/SUCRE	YAOURT NATURE S/SUCRE	COMPOTE POMME S/SUCRE	FROMAGE BLANC S/SUCRE	YAOURT NATURE S/SUCRE	COMPOTE S/SUCRE
	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT	FRUIT

# Centre Intercommunal d'Action Sociale du — PAYS GRENAUDOIS —



Artassenx - Bascons - Bordères et Lamensans - Castandet - Cazères sur l'Adour - Grenade sur l'Adour -  
Larrivière Saint-Savin - Le Vignau - Lussagnet - Maurrin - Saint-Maurice sur l'Adour

## MENUS DIABETIQUES ET ALLEGES EN SEL : DU 22 AU 28 JANVIER 2019

	MARDI 22	MERCREDI 23	JEUDI 24	VENDREDI 25	SAMEDI 26	DIMANCHE 27	LUNDI 28
	CHOU BLANC VINAIGRETTE	**SALADE VERTE ET JAMBON**	**RILETTE**	SALADE JANNOU LAPIN	RADIS BEURRE	POIREAU VINAIGRETTE	DUO DE RAPES
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
	PAUPIETTE DE VEAU AU JUS	BŒUF AUX 2 LEGUMES	OMELETTE NATURE	DOS DE COLIN SCE ROMARIN CITRON	DORADE DIEPPOISE	**CHOUCROUTE** RECETTE DU CHEF	FRICASSEE DE DINDE
	MACARONIS 200GR	PUREE DE POMMES DE TERRE 200GR	COQUILLETES BEURRE		SEMOULE 200GR	PLAT COMPLET AVEC 200GR DE P TERRE	COQUILLETES 200GR
	HARICOTS BEURRE	BLETTES AU BEURRE	GRATIN DE NAVETS	EPINARDS A LA CREME AVEC 200GR DE PDT	SALSIFIS PERSILLES		CHOU DE BRUXELLES
	YAOURT NATURE S/SUCRE	FRUIT	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT	COMPOTE S/SUCRE	FRUIT	FRUIT
	FRUIT	FROMAGE BLANC S/SUCRE	FRUIT	YAOURT NATURE S/SUCRE	FRUIT	FROMAGE BLANC S/SUCRE	COMPOTE S/SUCRE