

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 1 - DU 2 AU 8 JANVIER 2023

	LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7	DIMANCHE 8
ENTRÉE	SALADE DE MAÏS	SALADE DE BLÉ	CHOU COLESLAW AU CUMIN	HARICOTS VERTS EN SALADE	MACÉDOINE VINAIGRETTE	SALADE BLANCHE	POIREAUX VINAIGRETTE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	*SAUTÉ DE PORC ET SA SAUCE*	SAUTÉ DE POULET À L'ITALIENNE	*CHIPOLATAS*	FILET DE POISSON EN SAUCE	PAUPIETTE DE VEAU À LA CREME	POULET RÔTI AU JUS	*CRÉPINETTE DE PORC*
ACCOMPAGNEMENT	LENTILLES (200GR)	HARICOTS BEURRE (200GR)	PURÉE (200GR)	SEMOULE (200GR)	POMMES VAPEUR (200GR)	PÂTES AU BEURRE (200GR)	PURÉE DE POIS CASSÉS (200GR)
FROMAGE	BLEU DOUCEUR	EDAM	CARRÉ FRAIS	CANTAL AOP	FROMAGE	TOMME BLANCHE	ST PAULIN
DESSERT	YAOURT NATURE SANS SUCRE	FRUIT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	COMPOTE SANS SUCRE	YAOURT NATURE SANS SUCRE	COMPOTE SANS SUCRE	MOUSSE FRAISE SANS SUCRE

\* : présence de viande porcine dans le plat

Nos pommes et kiwis viennent du sud ouest.

CHOU COLESLAW: chou et carottes râpées, mayonnaise

SALADE BLANCHE: cèleri, cœurs de palmier, soja, vinaigrette

# 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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 2 - DU 9 AU 15 JANVIER 2023

	LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13	SAMEDI 14	DIMANCHE 15
ENTRÉE	BETTERAVES EN SALADE	SALADE TRIOLO	CAROTTES RAPÉES	SALADE DE SOJA ET MAÏS	CHOU BLANC CRÈME DE CIBOULETTE	TARTARE DE LÉGUMES	DUO DE HARICOTS
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	*RÔTI DE PORC SAUCE POIVRE*	POULET RÔTI	GOULASH DE BŒUF	OSSO BUCCO	BRANDADE PARMENTIÈRE	AXOA	*TRIPES À LA MODE DE CAEN*
ACCOMPAGNEMENT	POMMES GRENAILLES	PETITS POIS (200GR)	POMMES VAPEUR (200GR)	COQUILLETES AU BEURRE (200GR)	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET
FROMAGE	PORT SALUT	EMMENTAL	GOUDA	CARRÉ FRAIS	FROMAGE	BLEU DOUCEUR	TOMME NOIRE
DESSERT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	COMPOTE SANS SUCRE	YAOURT NATURE SANS SUCRE	FRUIT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	COMPOTE	MOUSSE AUX FRUITS SANS SUCRE

\* : présence de viande porcine dans le plat

GOULASH DE BŒUF : sauté de bœuf, oignon, sauce tomate, paprika

OSSO BUCCO : pièces osso bucco, jus d'orange, oignon, sauce tomate

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 3 - DU 16 AU 22 JANVIER 2023

	LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20	SAMEDI 21	DIMANCHE 22
ENTRÉE	MACÉDOINE VINAIGRETTE	CÉLERI REMOULADE	SALADE DE LENTILLES	TARTARE DE LEGUMES À LA CHINOISE	SALADE FANTAISIE	CAROTTES À LA MAROCAINE	SALADE ATURINE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	VEAU MARENGO	POISSON CUISINÉ	*CRÉPINETTE*	PÂTES AU SAUMON	ŒUFS FLORENTINE	LASAGNES MAISON	*RISOTTO GALICIENNE*
ACCOMPAGNEMENT	#POMMES DUCHESSE# (200GR)	PETITS POIS (200GR)	POMMES DE TERRE HARICOTS VERTS	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET
FROMAGE	CARRÉ FRAIS	CAMEMBERT	GOUDA	FROMAGE	ST NECTAIRE AOC	ST PAULIN	EMMENTAL
DESSERT	FRUIT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	COMPOTE	YAOURT NATURE SANS SUCRE	FRUIT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	MOUSSE CHOCOLAT SANS SUCRE

\* : présence de viande porcine dans le plat

SALADE FANTAISIE: carottes, pomme, raisins secs, citron

TARTARE DE LÉGUMES À LA CHINOISE: légumes macédoine, tomate, germes de soja, huile sésame, sésame, gingembre, sauce soja

ŒUFS FLORENTINE: œufs durs, épinards, pdt, crème

RISOTTO À LA GALICIENNE: riz, calamars, curcuma, chorizo, poivrons, parmesan

CAROTTES À LA MAROCAINE: carottes rondelles cuites, cumin, fleur d'oranger, coriandre, orange, vinaigrette

SALADE ATURINE: pommes, poivron, soja, vinaigrette

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 4 - DU 23 AU 29 JANVIER 2023

	LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27	SAMEDI 28	DIMANCHE 29
ENTRÉE	SALADE DE MAÏS	SALADE DE BETTERAVES AUX CHAMPIGNONS	CHOU ROUGE SUCRÉ SALÉ	RADIS BEURRE	DUO DE CRUDITÉS	ANTI-PASTI	CAROTTES RADIS
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	PAUPIETTE AUX CHAMPIGNONS	RÔTI DE DINDE AU JUS	FRICASSÉE MADRILÈNE	*MACARONADE ESPAGNOLE*	BŒUF FOYOT	COUSCOUS	PALERON DE BŒUF
ACCOMPAGNEMENT	LENTILLES MAISON (200GR)	POMMES DE TERRE RISSOLÉES (200GR)	RIZ (200GR)	PLAT COMPLET	POMMES VAPEUR (200GR)	PLAT COMPLET	POMMES BOULANGÈRE (200GR)
FROMAGE	PORT SALUT	CAMEMBERT	MIMOLETTE	EMMENTAL	FROMAGE	BRIE	EDAM
DESSERT	FRUIT	YAOURT NATURE SANS SUCRE	FRUIT	FROMAGE BLANC SANS SUCRE	COMPOTE SANS SUCRE	YAOURT NATURE SANS SUCRE	MOUSSE VANILLE SANS SUCRE

\* : présence de viande porcine dans le plat

ANTI PASTI: courgettes grillées, tomate, basilic, olives, huile

BŒUF FOYOT: sauté de bœuf, estragon, oignon, crème, vin blanc

MACARONADE ESPAGNOLE: macaronis, chorizo, tomate, oignon, petits pois, dés de poulet, curry, poivrons

DUO DE CRUDITÉS: carottes et céleri râpés, mayonnaise, curcuma