

# 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 9 - DU 27 FÉVRIER AU 5 MARS 2023

|                | LUNDI 27                 | MARDI 28                  | MERCREDI 1ER               | JEUDI 2                   | VENDREDI 3                | SAMEDI 4                   | DIMANCHE 5               |
|----------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|
| ENTRÉE         | BETTERAVES EN SALADE     | SALADE DE POMMES DE TERRE | CHOU COLESLAW              | MASCARADE DE CRUDITÉS     | MACÉDOINE VINAIGRETTE     | ANTI PASTI                 | POIREAUX VINAIGRETTTE    |
|                | POTAGE                   | POTAGE                    | POTAGE                     | POTAGE                    | POTAGE                    | POTAGE                     | POTAGE                   |
| PLAT           | BLANQUETTE DE VEAU       | *CHIPOLATAS*              | FILET DE POULET À LA CRÈME | FILET DE POISSON EN SAUCE | HACHÉ DE BŒUF ET SA SAUCE | *CÔTE DE PORC CHARCUTIÈRE* | POULET RÔTI AU JUS       |
| ACCOMPAGNEMENT | PETITS POIS (200gr)      | CHOU FLEUR PERSILLÉ       | POMMES VAPEUR (200gr)      | RIZ (200gr)               | SEMOULE (200gr)           | PÂTES AU BEURRE (200gr)    | FLAGEOLETS               |
| FROMAGE        | BLEU DOUCEUR             | FROMAGE BLANC SUCRÉ       | CARRÉ FRAIS                | FROMAGE                   | CANTAL AOP                | TOMME BLANCHE              | BRIE                     |
| DESSERT        | YAOURT NATURE SANS SUCRE | COMPOTE SANS SUCRE        | FROMAGE BLANC SANS SUCRE   | FRUIT                     | 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: carottes et chou rapé, mayonnaise

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

# 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 10 - DU 6 AU 12 MARS 2023

|                | LUNDI 6                        | MARDI 7                  | MERCREDI 8                  | JEUDI 9                      | VENDREDI 10                     | SAMEDI 11          | DIMANCHE 12                     |
|----------------|--------------------------------|--------------------------|-----------------------------|------------------------------|---------------------------------|--------------------|---------------------------------|
| ENTRÉE         | SALADE DE MAÏS                 | CÉLERI REMOULADE         | SALADE TRIOLO               | SALADE DE PÂTES              | MACÉDOINE VINAIGRETTE           | SALADE BLANCHE     | POIREAUX VINAIGRETTE            |
|                | POTAGE                         | POTAGE                   | POTAGE                      | POTAGE                       | POTAGE                          | POTAGE             | POTAGE                          |
| PLAT           | *SAUTÉ DE PORC<br>ET SA SAUCE* | VEAU MARENGO             | SAUTÉ DE POULET EN<br>SAUCE | FILET DE POISSON<br>EN SAUCE | PAUPIETTE DE VEAU À LA<br>CRÈME | AXOA               | BŒUF CAROTTES                   |
| ACCOMPAGNEMENT | #POMMES DUCHESSE#<br>(200GR)   | LENTILLES MAISON (200GR) | PURÉE (200GR)               | CHOU FLEUR<br>BÉCHAMEL       | POMMES VAPEUR (200GR)           | PLAT COMPLET       | PLAT COMPLET                    |
| FROMAGE        | BLEU DOUCEUR                   | EDAM                     | CARRÉ FRAIS                 | CANTAL AOP                   | FROMAGE                         | TOMME BLANCHE      | ST PAULIN                       |
| DESSERT        | YAOURT NATURE SANS<br>SUCRE    | FRUIT                    | FROMAGE BLANC SANS<br>SUCRE | COMPOTE SANS SUCRE           | YAOURT NATURE SANS<br>SUCRE     | COMPOTE SANS SUCRE | MOUSSE AUX FRUITS SANS<br>SUCRE |

\* : présence de viande porcine dans le plat

CHOU COLESLAW AU CUMIN: chou et carottes râpées, mayonnaise, cumin

SALADE BLANCHE: céleri, 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 -  
Larivière Saint-Savin - Le Vignau - Lussagnet - Maurrin - Saint-Maurice sur l'Adour

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 11 - DU 13 AU 19 MARS 2023

|                | LUNDI 13                             | MARDI 14           | MERCREDI 15                 | JEUDI 16                    | VENDREDI 17                       | SAMEDI 18                          | DIMANCHE 19                     |
|----------------|--------------------------------------|--------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| ENTRÉE         | BETTERAVES<br>EN SALADE              | SALADE TRIOLO      | CAROTTES RAPÉES             | SALADE AFRICA               | CHOU BLANC CRÈME DE<br>CIBOULETTE | TARTARE DE LÉGUMES                 | DUO DE HARICOTS                 |
|                | POTAGE                               | POTAGE             | POTAGE                      | POTAGE                      | POTAGE                            | POTAGE                             | POTAGE                          |
| PLAT           | *RÔTI DE PORC SAUCE<br>POIVRE*       | POULET RÔTI        | GOULASH DE BŒUF             | POULET YASSA                | BRANDADE<br>PARMENTIÈRE           | POISSON EN<br>SAUCE                | CURCUMIN D'AGNEAU               |
| ACCOMPAGNEMENT | POMMES DE TERRE<br>GRENAILLE (200GR) | FLAGEOLETS (200GR) | POMMES VAPEUR (200GR)       | RIZ (200GR)                 | PLAT COMPLET                      | POMMES DE TERRE<br>SAUTÉES (200GR) | PLAT COMPLET                    |
| FROMAGE        | PORT SALUT                           | EMMENTAL           | CARRÉ FRAIS                 | GOUDA                       | FROMAGE                           | BLEU DOUCEUR                       | TOMME NOIRE                     |
| DESSERT        | FROMAGE BLANC SANS<br>SUCRE          | COMPOTE SANS SUCRE | YAOURT NATURE SANS<br>SUCRE | FROMAGE BLANC SANS<br>SUCRE | FRUIT                             | COMPOTE                            | MOUSSE AUX FRUITS SANS<br>SUCRE |

\* : présence de viande porcine dans le plat

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

SALADE AFRICA: ananas, haricots rouges, cœurs de palmiers, vinaigrette épicée

POULET YASSA: sauté de poulet sauce curry, olive verte, oignon, jus de citron

# 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 12 - DU 20 AU 26 MARS 2023

|                | LUNDI 20                  | MARDI 21                 | MERCREDI 22         | JEUDI 23                 | VENDREDI 24     | SAMEDI 25                | DIMANCHE 26                    |
|----------------|---------------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------------|
| ENTRÉE         | TARTARE DE LÉGUMES        | DUO DE CRUDITÉS          | SALADE DE LENTILLES | BETTERAVES EN SALADE     | SALADE DE RIZ   | ANTI-PASTI               | SALADE ATURINE                 |
|                | POTAGE                    | POTAGE                   | POTAGE              | POTAGE                   | POTAGE          | POTAGE                   | POTAGE                         |
| PLAT           | VEAU EN SAUCE             | POISSON CUISINÉ          | *CRÉPINETTE*        | *PORC EN SAUCE*          | OMELETTE        | LASAGNES MAISON          | POULET MARAICHÈRE              |
| ACCOMPAGNEMENT | #POMMES DUCHESSE# (200GR) | PETITS POIS (200GR)      | CHOU FLEUR PERSILLÉ | PÂTES AU BEURRE (200GR)  | ÉPINARDS CRÈME  | PLAT COMPLET             | POMMES DE TERRE HARICOTS PLATS |
| FROMAGE        | CARRÉ FRAIS               | CAMEMBERT                | GOUDA               | FROMAGE                  | ST NECTAIRE AOC | ST PAULIN                | EMMENTAL                       |
| DESSERT        | COMPOTE SANS SUCRE        | FROMAGE BLANC SANS SUCRE | FRUIT               | YAOURT NATURE SANS SUCRE | FRUIT           | FROMAGE BLANC SANS SUCRE | MOUSSE AUX FRAISES SANS SUCRE  |

\* : présence de viande porcine dans le plat

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

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 13 - DU 27 MARS AU 2 AVRIL 2023

|                | LUNDI 27                     | MARDI 28                                | MERCREDI 29           | JEUDI 30                    | VENDREDI 31           | SAMEDI 1er                        | DIMANCHE 2                       |
|----------------|------------------------------|---|-----------------------|-----------------------------|-----------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ENTRÉE         | SALADE DE MAÏS               | SALADE DE BETTERAVES<br>AUX CHAMPIGNONS | CHOU ROUGE SUCRÉ SALÉ | RADIS BEURRE                | CAROTTES RAPÉES       | SALADE DE CŒURS DE<br>PALMIERS    | SALADE BLANCHE                   |
|                | POTAGE                       | POTAGE                                  | POTAGE                | POTAGE                      | POTAGE                | POTAGE                            | POTAGE                           |
| PLAT           | PAUPIETTE AUX<br>CHAMPIGNONS | *SAUTÉ DE PORC<br>EN SAUCE*             | POULET RÔTI           | OMELETTE                    | BŒUF FOYOT            | FRICASSÉE DE VOLAILLE EN<br>SAUCE | PALERON DE BŒUF                  |
| ACCOMPAGNEMENT | LENTILLES MAISON (200GR)     | POMMES DE TERRE<br>RISSOLÉES (200GR)    | RIZ (200GR)           | SEMOULE (200GR)             | POMMES VAPEUR (200GR) | POLENTA AUX CAROTTES              | MACARONNIS COURGETTES<br>(200GR) |
| FROMAGE        | PORT SALUT                   | CAMEMBERT                               | MIMOLETTE             | EMMENTAL                    | FROMAGE               | BRIE                              | EDAM                             |
| DESSERT        | FRUIT                        | YAOURT NATURE SANS<br>SUCRE             | FRUIT                 | FROMAGE BLANC SANS<br>SUCRE | COMPOTE SANS SUCRE    | YAOURT NATURE SANS<br>SUCRE       | MOUSSE VANILLE SANS<br>SUCRE     |

\* : présence de viande porcine dans le plat

SALADE BLANCHE: céleri, cœurs de palmier, soja, vinaigrette.

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