

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 01 - DU 29 DÉCEMBRE 2025 AU 4 JANVIER 2026

	LUNDI 29	MARDI 30	MERCREDI 31	JEUDI 1ER FÉRIÉ	VENDREDI 2	SAMEDI 3	DIMANCHE 4
ENTRÉE	SALADE DE MAÏS	HARICOTS VERTS	CAROTTES RAPÉES	POIREAUX VINAIGRETTE FRAMBOISE	MACÉDOINE MAYONNAISE	ANTI-PASTI	SALADE BLANCHE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	SAUTÉ DE POULET AUX CHAMPIGNONS	PAUPIETTE DE VEAU	*RÔTI DE PORC*	BOUDIN BLANC	POISSON MEUNIÈRE	*POËLÉE DU SUD OUEST*	LANGUE DE BOEUF
ACCOMPAGNEMENT	POMMES GRENAILLE	LENTILLES	POMMES VAPEUR	PURÉE ET POMME	PÂTES	PLAT COMPLET	POMMES BOULANGÈRES
FROMAGE	GOUDA	CARRÉ FRAIS	CAMEMBERT	FROMAGE	BLEU DOUCEUR	ST PAULIN	TOMME BLANCHE
DESSERT	FROMAGE BLANC NATURE	YAOURT NATURE	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	FROMAGE BLANC NATURE + pamplemousse	COMPOTE	YAOURT NATURE	FRUIT

\* : présence de viande porcine dans le plat

SALADE BLANCHE : céleri râpé, germe de soja, cœur de palmier, jus de citron, mayonnaise, muscade

POËLÉE DU SUD OUEST : pdt, haricots verts, gésiers confits, oignon, tomate, ail, persil

ANTI-PASTI : courgettes, brunoise de légumes, artichaut, basilic, olives noires, origan, sce tomate

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 2 - DU 5 AU 11 JANVIER 2026

	LUNDI 5	MARDI 6	MERCREDI 7	JEUDI 8	VENDREDI 9	SAMEDI 10	DIMANCHE 11
ENTRÉE	BETTERAVES EN SALADE	SALADE DE MAÏS	MACÉDOINE MAYONNAISE	DUO DE CRUDITÉS	SALADE DE HARICOTS VERTS	½ PAMPLE-MOUSSE	POIREAUX VINAIGRETTE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	CUISSE DE POULET RÔTI	PAUPIETTE DE VEAU	*SAUTÉ DE PORC EN SAUCE*	BOEUF CAROTTES	POISSON AU FOUR	RIZ CUISINÉ DU SUD OUEST	RAGOUT POMMES DE TERRE AGNEAU
ACCOMPAGNEMENT	POMMES DE TERRE SAUTÉES	LENTILLES	PETITS POIS	PLAT COMPLET	POMMES VAPEUR	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET
FROMAGE	CAMEMBERT	EMMENTAL	GOUDA	MOULÉ AUX NOIX	FROMAGE	TOMME BLANCHE	ST PAULIN
DESSERT	YAOURT NATURE	FROMAGE BLANC nature+ coulis fruits rouges all. en sucre	FRUIT	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	PETIT SUISSE NATURE	FROMAGE BLANC NATURE	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ

\* : présence de viande porcine dans le plat

Nos pommes et kiwis viennent du sud ouest.

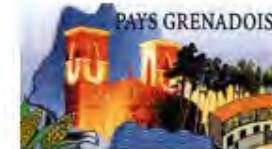
DUO DE CRUDITÉS : carottes et céleri râpé, mayonnaise, curcuma

BOEUF CAROTTES : sauté de boeuf, carottes, oignon, pdt, ail, herbes de Provence

RIZ CUISINÉ DU SUD OUEST : riz, haricots verts, maïs, effiloché de canard, gésiers, ail, persil

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

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



## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 3 - DU 12 AU 18 JANVIER 2026

	LUNDI 12	MARDI 13	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENDREDI 16	SAMEDI 17	DIMANCHE 18
ENTRÉE	SALADE CHOU ROUGE ET POMME	MACÉDOINE MAYONNAISE	CÈLERI RÉMOULADE	BETTERAVES EN SALADE	SALADE COLORÉE	TARTARE DE LÉGUMES	ANTI PASTI
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	GOULASH DE BOEUF	PAUPIETTE DE VEAU	CUISSE DE POULET AUX HERBES	*RÔTI DE PORC*	JAMBALAYA	CHOUCRUTE DE LA MER	FRICASSÉE DE BOEUF
ACCOMPAGNEMENT	PETITS POIS	POMMES GRENAILLE	POMMES VAPEUR	SEMOUTRE	PLAT COMPLET	PLAT COMPLET	POLENTA AUX CAROTTES
FROMAGE	TARTARE	FROMAGE	CARRÉ FRAIS	EDAM	MIMOLETTE	ST NECTAIRE AOC	TOMME NOIRE
DESSERT	YAOURT NATURE	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	FROMAGE BLANC NATURE + ananas	FRUIT	PETIT SUISSE NATURE	FRUIT	FROMAGE BLANC NATURE

\* : présence de viande porcine dans le plat

SALADE COLORÉE : chou blanc râpé, julienne de légumes, pomme, miel, vinaigrette

GOULASH DE BOEUF : sauté de boeuf, oignon, sauce tomate, paprika

JAMBALAYA : riz, crevettes, oignon, curcuma, émincé de volaille, brunoise de légumes, noix de coco, bouillon de légumes

CHOUCRUTE DE LA MER : choucroute, saumon et poisson blanc , crevette, moules, saumon fumé, pdt, vin blanc, oignon

ANTI PASTI : courgettes, brunoise de légumes du soleil, artichaut, olives vertes, basilic, huile

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

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



## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 4 - DU 19 AU 25 JANVIER 2026

	LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENDREDI 23	SAMEDI 24	DIMANCHE 25
ENTRÉE	CÈLERI RÉMOULADE	BETTERAVES EN SALADE	SALADE DE MAÏS	SALADE VERTE + FROMAGE	CAROTTES RAPÉES	SALADE ST PIERRE	SALADE ATURINE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	*SAUCISSE CUISINÉE*	*SAUTÉ DE PORC EN SAUCE*	ÉMINCÉ DE VOLAILLE	SAUTÉ DE BOEUF CUISINÉ	POULET RÔTI	*SAUCISSON LYONNAIS*	*RISOTTO GALICIENNE*
ACCOMPAGNEMENT	LENTILLES	POMMES DE TERRE SAUTÉES	POMMES VAPEUR	COQUILLETTES	BLÉ	BOULGOUR	PLAT COMPLET
FROMAGE	CAMEMBERT	GOUDA	MIMOLETTE	FROMAGE	EMMENTAL	ST PAULIN	BLEU DOUCEUR
DESSERT	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	FROMAGE BLANC nature + pamplemousse	FRUIT	YAOURT NATURE	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	PETIT SUISSE NATURE	FRUIT

\* : présence de viande porcine dans le plat

SALADE ATURINE : pomme, poivron, soja, vinaigrette

SALADE ST PIERRE : chou rouge, haricots verts, vinaigrette, paprika

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

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



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

## MENU DIABÉTIQUE

SEMAINE 5 - DU 26 JANVIER AU 1ER FÉVRIER 2026

	LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENDREDI 30	SAMEDI 31	DIMANCHE 1ER
ENTRÉE	CHOU COLESLAW	BETTERAVES EN SALADE	RADIS	SALADE VERTE CROUTONS	MASCARADE DE CRUDITÉS	SALADE DE COEURS DE PALMIER	SALADE BLANCHE
	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE	POTAGE
PLAT	ÉMINCÉ DE VOLAILLE AUX CHAMPIGNONS	POULET RÔTI	VEAU EN SAUCE	CARBONADE FLAMANDE	BLANQUETTE DE POISSON	ÉGRENÉ DE BOEUF À LA GRECQUE	TAJINE DE BOEUF
ACCOMPAGNEMENT	FLAGEOLETS	POMMES GRENAILLE	RIZ	POMMES VAPEUR	PURÉE	PÂTES	PLAT COMPLET
FROMAGE	MIMOLETTE	CAMEMBERT	MOULÉ AUX NOIX	FROMAGE	TOMME BLANCHE	EMMENTAL	BLEU DOUCEUR
DESSERT	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	YAOURT NATURE	FRUIT	FROMAGE BLANC nature + chocolat noir	PETIT SUISSE NATURE	COMPOTE SANS SUCRE AJOUTÉ	FROMAGE BLANC NATURE

\* : présence de viande porcine dans le plat

ÉGRENÉ DE BOEUF A LA GRECQUE : égrené de boeuf, oignon, poivron, tomate, olives noires, bouillon de boeuf

TAJINE DE BOEUF : sauté de boeuf, pdt, carottes, oignon, pruneaux, cumin, tomate

CARBONADE FLAMANDE : sauté de boeuf, bière, oignons, carottes, pain d'épices, sucre, farine, bouillon de boeuf, moutarde

CHOU COLESLAW : chou blanc et carottes râpés, mayonnaise, fromage blanc

SALADE BLANCHE : pousses de soja, céleri râpé, coeurs de palmier, mayonnaise