





# Menu "Diabétique" du 23 au 27 janvier 2012

 <b>Communauté de Communes du pays de Phalsbourg</b> 		
Le Chef vous propose ...		
<b>Diabétique</b>	<b>Déjeuner</b>	<b>Dîner</b>
<b>Lundi 23/01</b>	Choucroute garnie (au lard) Munster Prunes à la cannelle s/sucre	Crème de volaille Tranche de bœuf au jus Torsades - navets braisés Kiwi
<b>Mardi 24/01</b>	Fleurion à la reine Nouilles + julienne de légumes Yaourt nature Poire	Potage à la tomate Pain de viande à l'estragon Pommes sautées + carottes vichy Yaourt aux fruits s/sucre
<b>Mercredi 25/01</b>	Salade de salsifis Filet de colin à l'aneth Brocolis - riz Carré cappuccino s/sucre	Potage poireaux pdt Omelette piperade Petits pois à la française Orange
<b>Jeudi 26/01</b>	Ronde gîte à l'échalotte Potée de légumes Mini roitelet Compote de pêches s/sucre	Potage aux champignons Saucisse paysanne Lentilles + petits légumes Fromage blanc nature
<b>Vendredi 27/01</b>	Salade italienne Blanquette de poisson Tagliatelles Clémentines	Potage pistou Boulettes d'agneau à la menthe Semoule - légumes couscous Abricots au naturel

**Nous vous souhaitons un bon appétit !**

*Nous vous rappelons que toute commande ou annulation  
doit intervenir au plus tard la veille avant 10h00 (pour le lundi, le vendredi avant 10h00)*



# Menu "Diabétique" du 30 janvier au 3 février 2012

 <b>Communauté de Communes du pays de Phalsbourg</b> 		
Le Chef vous propose ...		
Diabétique	Déjeuner	Dîner
<b>Lundi 30/01</b>	Sauté d'agneau Boulgour - ratatouille Yaourt nature Compote s/sucre	Potage aux légumes verts Escalope de volaille sauce tomate Coquillettes + haricots beurre Mousse à l'aspartam
<b>Mardi 31/01</b>	Pavé de saumon au citron Purée d'épinards Tartare Orange	Soupe à l'oignon Tranche de bœuf lyonnaise Curry de légumes Ananas au naturel
<b>Mercredi 01/02</b>	Salade de pâtes Emincé de dinde au curry Riz méditerranéen Yaourt nature	Velouté d'asperges Boudin noir Chou rouge - pommes nature Fromage blanc aux fruits s/sucre
<b>Jeudi 02/02</b>	Salade de radis Pot au feu sauce raifort Tartelette aux fruits s/sucre	Potage cresson Quiche aux fromages Salade coleslaw Petits suisses nature
<b>Vendredi 03/02</b>	Salade de cœurs de palmiers Filet de poisson meunière Tortis tricolores - carottes à la coriandre Madeleines s/sucre	Potage aux légumes Roti de dinde aux champignons Rosti de légumes Poire

**Nous vous souhaitons un bon appétit !**

*Nous vous rappelons que toute commande ou annulation  
doit intervenir au plus tard la veille avant 10h00 (pour le lundi, le vendredi avant 10h00)*

# Menu "Diabétique" du 6 au 10 février 2012

 <b>Communauté de Communes du pays de Phalsbourg</b> 		
<b>Le Chef vous propose ...</b>		
<b>Diabétique</b>	<b>Déjeuner</b>	<b>Dîner</b>
<b>Lundi 06/02</b>	Salade d'emmental Bœuf bourguignon Coquillettes + blettes à la tomate Orange	Crème de volaille Pavé fromager Jardinère de légumes + pommes vapeurs Yaourt aux fruits s/sucre
<b>Mardi 07/02</b>	Choucroute aux poissons Cœur de dame Poire au naturel	Potage à la tomate Sauté de porc aux petits oignons Purée de céleri Salade de fruits exotiques au naturel
<b>Mercredi 08/02</b>	Chou rouge en vinaigrette Sauté de dindes aux olives Gratin de carottes et brocolis Mousse à l'aspartam	Potage poireaux pdt Tomates farcies + légumes Riz Compote s/sucre
<b>Jeudi 09/02</b>	Palette à la diable Pommes au four - Haricots verts Petits suisses nature Tartelette aux fruits s/sucre	Potage aux champignons Pojariski de veau sauce brune Courgettes à l'ail - pates papillons Pomme granny Smith
<b>Vendredi 10/02</b>	Salade iceberg au gouda Pavé de merlu à l'oseille Riz pilaf - Salsifis à la provençale Fromage blanc nature	Potage pistou Tranche de bœuf flamande Haricots plats - pommes noisettes Prunes au naturel

**Nous vous souhaitons un bon appétit !**

*Nous vous rappelons que toute commande ou annulation*

*doit intervenir au plus tard la veille avant 10h00 (pour le lundi, le vendredi avant 10h00)*

# Menu "Diabétique" du 13 au 17 février 2012

 <b>Communauté de Communes du pays de Phalsbourg</b> 		
<b>Le Chef vous propose ...</b>		
<b>Diabétique</b>	<b>Déjeuner</b>	<b>Dîner</b>
<b>Lundi 13/02</b>	Petit maquereau au vin blanc - citron Kassler en croute Flageolets à la tomate + brunoise de légumes Pomme	Potage aux légumes verts Boulettes de bœuf à l'orientale Semoule - courgettes braisées Compote s/sucre
<b>Mardi 14/02</b>	Parmentier de poisson + légumes Salade verte Rondelet aux herbes Petits suisses nature	Soupe à l'oignon Tranche de veau marengo Nouilles - navets braisé Poire
<b>Mercredi 15/02</b>	Friand au fromage Lasagnes + légumes Salade verte Biscuit à la vanille s/sucre	Velouté d'asperges Escalope de volaille sauce au bleu Flan de légumes Clémentines
<b>Jeudi 16/02</b>	Œuf à la russe Cassoulet garnie + tomates provençales Orange	Potage cresson Tarte aux poireaux Duo de choux vinaigrette Mousse à l'aspartam
<b>Vendredi 17/02</b>	Pavé de colin sauce bonne femme Pommes persillés - carotte vichy Saint Paulin Mousse à l'aspartam	Potage aux légumes Goulasch hongrois Purée 3 légumes Prunes au naturel

**Nous vous souhaitons un bon appétit !**

*Nous vous rappelons que toute commande ou annulation doit intervenir au plus tard la veille avant 10h00 (pour le lundi, le vendredi avant 10h00)*