

Menu "Diabétique Sans Sel" du 26 au 30 décembre 2011



Communauté de Communes du pays de Phalsbourg





Le Chef vous propose ...

| Diasel | Déjeuner | Dîner |
|---------------------------------|---|--|
| Lundi 26/12 | Pavé de saumon sauce hollandaise Tagliatelles vertes + romanesco Gouda s/sel Tartelette aux fruits s/sucre | |
| Mardi 27/12 | Sauté de bœuf à l'échalote Coquillettes - haricots plats Yaourt sucré Poire | Potage pistou Sauté de porc au cidre Pommes sautées et champignons Mousse à l'aspartam |
| Mercredi 28/12 | Velouté de potiron Roti de porc aux petits oignons Pommes 1/4 de lune + navets braisés Tartelette aux fruits s/sucre | Soupe à l'oignon Plat froid: gigot d'agneau - taboulé Cocktail de fruits au naturel |
| Jeudi 29/12 | Salade de salsifis Blanquette de veau à l'ancienne - Spaetzle + carottes Abricots au naturel | Potage de légumes verts Omelette aux légumes Petits pois - carottes Yaourt nature |
| Vendredi 30/12 | Potage aux pois cassés Filet de colin à l'aneth Choux fleurs persillés + pommes au four Carré cappuccino s/sucre | Soupe à l'oignon Escalope de dinde à la crème Tortis tricolore + julienne de légumes Orange |

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 Sans Sel" du 2 au 6 janvier 2012

|  Communauté de Communes du pays de Phalsbourg  | | |
|--|---|---|
| Le Chef vous propose ... | | |
| Diasel | Déjeuner | Dîner |
| Lundi 02/01 | Salade de radis Sauté d'agneau à la menthe Flageolets à la tomate + haricots verts Kiwi | Potage de légumes Jambon grillé s/sel Pommes 1/4 de lunes + jeunes carottes Yaourt nature |
| Mardi 03/01 | Filet de colin à la crème et aux champignons Riz pilaf - Brocolis Yaourt aux fruits Orange | Soupe cresson Omelette aux légumes Jardinière de légumes Abricots au naturel |
| Mercredi 04/01 | Salade de lentilles Rôti de porc aux oignons Potée de légumes/pdt Mousse à l'aspartam | Potage champignons Poulet San Francisco Pommes au romarin + brunoise de légumes Cocktail de fruits au naturel |
| Jeudi 05/01 | Emincé de volaille à l'indienne Pennes - julienne de légumes Saint paulin s/sel Compote à la cannelle s/sucre | Crème de volaille Poisson poché crème de persil Riz et petits légumes Clémentines |
| Vendredi 06/01 | Potage à la julienne Filet de merlu au citron Gratin de blettes Pommes de terre provençales Tartelette aux fruits s/sucre | Potage à la tomate Escalope de volaille Carottes cuites - Polenta Petitis suisses nature |

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 Sans Sel" du 9 au 13 janvier 2012

|  Communauté de Communes du pays de Phalsbourg  | | |
|--|---|--|
| Le Chef vous propose ... | | |
| Diasel | Déjeuner | Dîner |
| Lundi 09/01 | Salade du jardinier Aiguillettes de volaille à l'orange Tortis -choux de Bruxelles Mousse à l'aspartam | Potage poireaux - pdt Escalope de porc grillée Gratin de romanesco/pdt Abricots au naturel |
| Mardi 10/01 | Médailillon de poisson sauce aneth Flan de légumes Petit suisses nature Clémentines | Potage pistou Plat froid: Jambon s/sel Salade de pommes de terre + tomates Yaourt nature |
| Mercredi 11/01 | Crème de choux fleurs Couscous garni + légumes (poulet- bœuf) Salade de fruits au naturel | Potage aux légumes verts Steak haché de veau sce forestière Petits pois carottes Fromage blanc aux fruits s/sucre |
| Jeudi 12/01 | Salade de concombres Sauté de volaille au paprika Curry de courgettes et pdt Madeleines s/sucre | Potage aux asperges Omelette paysanne s/lardons Choux fleurs à la crème Kiwi |
| Vendredi 13/01 | Filet de poisson grillé - citron sauce nantua Riz méditerranéen + chou vert braisé Cantafras Poire | Potage aux oignons Goulasch hongrois Torsades tricolores Salade de fruits 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 Sans Sel" du 16 au 20 janvier 2012

|  Communauté de Communes du pays de Phalsbourg  | | |
|--|--|---|
| Le Chef vous propose ... | | |
| Diasel | Déjeuner | Dîner |
| Lundi 16/01 | Betteraves rouges en salade Tranche de veau Potée de légumes/pdt Fromage blanc aux fruits s/sucre | Velouté d'asperges Sauté de volaille chasseur Purée de céleri Mousse à l'aspartam |
| Mardi 17/01 | Roti de porc au baies roses Pommes sautées + brocolis Chanteneige Orange | Potage de légumes Spaghetti bolognaise + légumes Salade verte Compote s/sucre |
| Mercredi 18/01 | Salade verte au gouda s/sel Rosbeef lau jus Nouilles + chou braisé Tartelette aux fruits s/sucre | Potage à la tomate Escalope de volaille au jus Pommes sautées / épinards Yaourt aux fruits s/sucre |
| Jeudi 19/01 | Potage aux carottes Cuisse de pintade au jus Pommes 1/4 de lune Courgettes à l'ail Yaourt nature | Crème de volaille Steak haché de bœuf Macédoine à la crème - nouilles Clémentines |
| Vendredi 20/01 | Potage aux légumes Paëlla garnie s/sel + légumes Ananas au naturel | Potage champignons plat froid : salade de bœuf carottes et céleri cuits Petits suisses nature |

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)*