

	MARDI 25/05	MERCREDI 26/05	JEUDI 27/05	VENDREDI 28/05	SAMEDI 29/05	DIMANCHE 30/05	LUNDI 31/05
<b>PAUVRE EN SUCRE</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>
	Radis beurre	Rillettes de poulet	Salade crétoise	Brocolis vinaigrette	Poireau sauce gribiche	Croq salade au gingembre	Mousse de foie de porc
	Carbonara	Croq œuf	Paupiette de veau	Poisson du marché	Sauté de porc à l'ail	Cuisse de pintade au cidre	Bœuf à la tomate
	Tortis / Jardinière de légumes	Pommes vapeur / Poêlée campagnarde	Lentilles aux carottes	Spaghettis / fondue de poireaux	Pommes parisiennes / céleri	Tagliatelles aux légumes	Riz / choux de Bruxelles
	Bleu	Boursin	Yaourt aromatisé	Chèvre	Kiri	Fleur d'Aunis	Fromage blanc
	Entremet fruits des bois aspartame	Compote sans sucre	Orange	Entremet vanille aspartame	Compote sans sucre	Tiramisu aspartame	Banane
	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>
	Betteraves rouges à la moutarde	Tomate / œuf dur	Museau de bœuf à la lyonnaise	Tarte au poulet	Terrine marché provençal	Pâté en croûte	Concombre ciboulette
	Filet de Dorade sauce bonne femme	Tempes de porc au thym	Petit brun de veau	Tournedos de dinde au poivre vert	Limande sauce béarnaise	Rôti de bœuf au jus	Palette de porc à la diable
	Purée de pommes de terre / carottes	Riz / Côtes de blettes	Boulgour / haricots beurre	Petits pois / haricots verts	Semoule / épinards	Pommes persillées / poêlée maraîchère	Flageolets
Fromage blanc nature	Brie	Cantadou	Yaourt fermier nature	Coulommiers	Duo fromager (Brie / Bleu)	Carré frais	
Poire	Entremet café aspartame	Compote sans sucre	Poire	Entremet cacao aspartame	Pomme	Compote sans sucre	
Potage poireau pomme de terre	Potage du jardin	Potage alénois	Soupe à l'oignon	Potage de saison	Velouté de potiron	Crème d'asperge	

SEMAINE N°39

NOM :

MENUS REGIMES du 28 septembre au 4 octobre 2021

	MARDI 25/05	MERCREDI 26/05	JEUDI 27/05	VENDREDI 28/05	SAMEDI 29/05	DIMANCHE 30/05	LUNDI 31/05
<b>PAUVRE EN SEL</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>	<b>Menu N° 1</b>
	Radis beurre	Pâté sans sel	Salade crétoise	Brocolis vinaigrette	Poireau sauce gribiche	Croq salade au gingembre	Salade crétoise
	Filet de poulet	Brochette de poisson Dugléré	Rôti de porc au thym	Poisson du marché	Sauté de porc à l'ail	Cuisse de pintade au cidre	Bœuf à la tomate
	Tortis	Côtes de blettes	Lentilles aux carottes	Fondue de poireaux	Pommes de terre parisiennes	Tagliatelles aux légumes	Choux de Bruxelles
	Petit suisse	Saint Paulin PS	Yaourt nature	Edam PS	Fromage blanc	Gouda PS	Petit suisse
	Pomme	Tarte abricots	Mousse café	Tarte au citron	Kiwi	Chouquettes à la crème	Flan pâtissier
	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>	<b>Menu N°2</b>
	Betteraves rouges à la moutarde	Tomate / œuf dur	Champignons	Carottes râpées citron	Salade de pâtes	Chou blanc à l'ail	Concombre ciboulette
	Filet de Dorade sauce bonne femme	Tempes de porc au thym	Escalope de dinde	Tournedos de dinde au poivre vert	Limande sauce béarnaise	Pavé de hoki grillé	Côte de porc
	Carottes au curry	Riz pilaf	Haricots beurre persillés	Spaghettis	Epinards à la crème	Poêlée maraîchère	Flageolets
Yaourt nature	Gouda PS	Petit suisse	Yaourt nature	Petit suisse	Fromage blanc	Yaourt nature	
Pot de crème coco	Raisin	Cake chocolat	Petit pot cacao	Riz au lait	Gâteau poire caramel	Banane	
Potage champignons PS	Potage légumes de saison PS	Potage tomate PS	Potage cresson PS	Potage poireau pdt PS	Potage légumes PS	Potage champignons PS	