



PORTAGE menus DIABETIQUES



SEMAINE 49 *lundi 30 novembre 2020* au *dimanche 6 décembre 2020*

	ENTREE	PLAT A AU CHOIX	PLAT B AU CHOIX	LAITAGE	DESSERT
lundi 30 novembre 2020	Soupe de légumes BIO	Steak haché de veau ou Manchons de canard (SARL Aldabia, St Martin Arrossa)		St Môret	Calin nature
	Cœurs d'artichauts	Pommes vapeur + Brocolis et poivrons persillés			
mardi 1 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Penne poulet champignons ou Pavé de saumon		Fromage blanc sans sucre	Fruit de saison
	Betteraves en salade	Penne + Purée de carottes à l'aneth			
mercredi 2 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Dos de colin ou Côte de porc		P'tit cabray chèvre	Compote pomme-fraise
	Endives aux pommes	Boulgour crémeux aux champignons + Poêlée de salsifis			
jeudi 3 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Steak haché de bœuf ou Blanquette de veau "ss sauce"		Chanteneige	Petits suisses sans sucre
	Chou-fleur vinaigrette	Haricots blancs bretonne + Brunoise de légumes			
vendredi 4 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Lieu noir vapeur au citron ou Brochette de dinde		Yaourt artisanal (Bastidarra) sans sucre	Fruit de saison
	Carottes râpées	Riz créole + Chartreuse de choux			
samedi 5 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Paleron braisé ou Omelette à la morue		Boursin nature	Compote
	Chou rouge en salade	Coquillettes + Basquaise			
dimanche 6 décembre 2020	Soupe de légumes BIO	Blanc de poulet ou Sauté de mouton au paprika "ss sauce"		Cantadou	Fromage blanc sans sucre
	Poireaux vinaigrette	Pommes vapeur + Purée de potiron			

Des changements de dernière minute peuvent intervenir exceptionnellement en fonction des approvisionnements. Dans ce cas là nous vous en tiendrons informés

MERCI DE FAIRE VOS CHOIX CI-DESSOUS : Coupon à remettre au livreur

✂-----

Nom :

Commande SEMAINE 49

lundi 30 novembre 2020	AD	BD
mardi 1 décembre 2020	AD	BD
mercredi 2 décembre 2020	AD	BD
jeudi 3 décembre 2020	AD	BD
vendredi 4 décembre 2020	AD	BD
samedi 5 décembre 2020	AD	BD
dimanche 6 décembre 2020	AD	BD