CLAPSTOCHE
Service d'aide à la personne

Menu Diabétique & hyposodé du 2 novembre au 8 novembre

Lun. 02 nov.	**Entrée**	Céleri râpé vinaigrette s/sel	Potage clamart
	Plat garni	**SAUTE DE BOEUF AU JUS S/SEL** **Macaroni & Courge butternut braisée s/..**	Carottes cuites à la marocaine s/sel **POULET ROTI SAUCE DIJONNAISE S/S...** **Pommes vapeur & Compotée de fenouil ...**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Moelleux framboise s/sucre	Fromage blanc 0% Ananas en morceaux
Mar. 03 nov.	**Entrée**	Lentilles vinaigrette s/sel Concombre vinaigrette s/sel	Potage crécy s/sel OEuf dur mayonnaise s/sel
	Plat garni	**SAUTE DE PORC AU CARAMEL S/SEL(*)** **Riz basmati & Haricots plats persillés s...**	**FILET DE HOKI SAUCE MOUSSELINE S/...** **Farfalle & Epinards à la crème s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Figues fraîches Fromage blanc 0%	Petit suisse x2 Poires au naturel aux épices Compote pomme s/sucre
Mer. 04 nov.	**Entrée**	Chou blanc et graines de sésame à la japona...	Velouté de potiron à la noisette s/sel Betteraves cuites persillées s/sel
	Plat garni	**COEUR DE MERLU SAUCE NANTUA S/SE..** **Pommes vapeur & Carottes ail et persil...**	**ESCALOPE DE VOLAILLE AU JUS S/SEL** **Polenta à la crème & Courgettes s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Orange Yaourt à la Grecque	Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Compote pomme s/sucre
Jeu. 05 nov.	**Entrée**	Endives émincées herbes vinaigrette s/sel	Potage oignons s/sel Poireaux vinaigrette s/sel
	Plat garni	**ECHINE DE PORC SAUCE MOUTARDE S/..** **Semoule & Julienne de légumes s/sel**	**BLANQUETTE DE POISSON S/SEL** **Petits pois à l'étouffé & Aubergines s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Entremets praliné s/sucre Yaourt nature 0%	Fromage blanc Raisin Compote pomme s/sucre
Ven. 06 nov.	**Entrée**	Fond d'artichaud vinaigrette s/sel Salade verte vinaigrette s/sel	Velouté de topinambour s/sel Salade de pâtes piémontaise s/sel
	Plat garni	**SAUMONETTE SAUCE CITRON S/SEL** **Pommes sautées & Haricots verts s/sel**	**OEUFS DURS SAUCE FLORENTINE S/SEL** **Ecrasé de patate douce & Fondue de poi..**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Pomme Yaourt nature 0%	Fromage blanc Entremets chocolat s/sucre Compote pomme s/sucre
Sam. 07 nov.	**Entrée**	Betteraves cubes au vinaigre de framboise s/..	Potage cérès s/sel Chou rouge râpé vinaigrette s/sel
	Plat garni	**PALERON DE BOEUF SAUCE CHASSEUR...** **Coquillettes & Brocolis s/sel**	**POISSON DU JOUR SAUCE DU JOUR S/...** **Blé aux herbes & Ratatouille s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Prunes Yaourt à la Grecque	Petit suisse x2 Purée pomme banane vanille Compote pomme s/sucre
Dim. 08 nov.	**Entrée**	Salade de boulgour californienne s/sel	Potage parisien s/sel Carottes râpées vinaigrette à la coriandre s/sel
	Plat garni	**ROTI DE BOEUF JUS A L'AIL S/SEL** **Lentilles aux oignons & Carottes s/sel**	**HAUT DE CUISSE DE POULET JUS ROMA..** **Pommes vapeur & Haricots beurre s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Poire Fromage blanc 0%	Yaourt nature Moelleux citron s/sucre Compote pomme s/sucre

* contient du porc

CLAPSTOCHE
Service d'aide à la personne

Menu Diabétique & hyposodé du 9 novembre au 15 novembre

Lun. 09 nov.	**Entrée**	Macédoine mayonnaise s/sel	Potage parmentier Radis s/sel
	Plat garni	**FILET DE HOKI SAUCE A L'OSEILLE S/S...** **Riz créole & Epinards à l'ail s/sel**	**STEAK HACHE DE BOEUF SAUCE A L'ECH...** **Semoule & Haricots verts persillés s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Orange Yaourt à la Grecque	Yaourt brassé Moelleux framboise s/sucre Compote pomme s/sucre
Mar. 10 nov.	**Entrée**	Céleri râpé vinaigrette persillée s/sel	Velouté butternut potiron s/sel Concombre persil s/sel
	Plat garni	**SAUTE DE PORC SAUCE MIEL GINGEMB...** **Pommes vapeur & Courgettes aux oigno...**	**SAUTE DE BOEUF SAUCE CHASSEUR S/...** **Fusilli & Carottes s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Fromage blanc 0 % Yaourt nature 0%	Petit suisse x2 Poire Purée pomme mangue
Mer. 11 nov.	**Entrée**	Salade tricolores vinaigrette s/sel Salade verte vinaigrette s/sel	Potage choisy s/sel Salade de pois chiches oignons rouges s/sel
	Plat garni	**POISSON DU JOUR SAUCE DU JOUR S/...** **Flageolets & Aubergines s/sel**	**FILET DE POULET SAUCE BASQUAISE S...** **Riz créole & Emincé de poireaux s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Kiwi Yaourt à la Grecque	Yaourt nature Pêche au naturel Compote de pomme
Jeu. 12 nov.	**Entrée**	Chou rouge émincé vinaigrette aux noix s/sel	Potage soubise s/sel Salade tricolore vinaigrette s/sel
	Plat garni	**OMELETTE AUX HERBES S/SEL** **Ecrasé de pommes de terre & Carottes s...**	**STEAK HACHE DE BOEUF SAUCE MOUTA...** **Polenta à la crème & Julienne de légum...**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Entremets praliné s/sucre Fromage blanc 0%	Faisselle Raisin Purée pomme ananas
Ven. 13 nov.	**Entrée**	Salade de pâtes vinaigrette s/sel	Potage esau s/sel Carottes râpées à la coriandre s/sel
	Plat garni	**FILET DE CABILLAUD SAUCE TANDOOR...** **Riz pilaf & Courge butternut aux herbes...**	**ESCALOPE DE DINDE SAUCE AUX CHAM...** **Boulgour & Endives braisées s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Moelleux citron s/sucre Yaourt nature 0%	Fromage blanc Kaki Purée pomme poire
Sam. 14 nov.	**Entrée**	Salade créole s/sel	Potage haricots verts marjolaine s/sel Salade des îles s/sel
	Plat garni	**ECHINE DE PORC SAUCE CHARCUTIERE...** **Pommes vapeur & Légumes du pot s/sel**	**POULET ROTI FACON POULE AU POT S/...** **Petits pois à l'étouffé & Légumes tajine...**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Yaourt à la Grecque Yaourt nature 0%	Petit suisse x2 Ananas en morceaux Purée de pomme
Dim. 15 nov.	**Entrée**	Rillettes de thon & salade verte s/sel	Potage céleri s/sel Concombre cube à la ciboulette s/sel
	Plat garni	**ROTI DE DINDE SAUCE BARBECUE S/SEL** **Purée de patate douce & Choux de Brux...**	**SAUTE DE BOEUF BOURGUIGNON S/SEL** **Penne à l'huile d'olive & Carottes au cum...**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Fromage blanc 0% Yaourt nature 0%	Fromage frais gourmand Pomme Purée pomme rhubarbe

* contient du porc

CLAPSTOCHE
Service d'aide à la personne

Menu Diabétique & hyposodé du 16 novembre au 22 novembre

Lun. 16 nov.	**Entrée**	Haricots verts vinaigrette s/sel	Potage légumes d'été s/sel Salade de pâtes au basilic s/sel
	Plat garni	**EMINCE DE BOEUF JUS AUX HERBES S/...** **Pommes vapeur & Jardinière de légume..**	**FILET DE POULET SAUCE AUX EPICES S...** **Haricots rouges & Aubergines à la toma...**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Yaourt à la Grecque Compote de pomme	Fromage blanc Kiwi Purée pomme pêche
Mar. 17 nov.	**Entrée**	Carottes râpées vinaigrette s/sel	Potage paysan s/sel Chou rouge râpé vinaigrette s/sel
	Plat garni	**POISSON DU JOUR SAUCE DU JOUR S/...** **Purée & Salade verte et ciboulette acc....**	**ESCALOPE DE DINDE SAUCE CITRON S/..** **Semoule & Fenouil braisé s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Fromage blanc 0% Yaourt nature 0%	Yaourt nature Prunes Purée pomme vanille
Mer. 18 nov.	**Entrée**	OEuf dur mayonnaise s/sel	Potage tous légumes s/sel Carottes cuites au cumin s/sel
	Plat garni	**BROCHETTE DE PORC SAUCE MIEL & GI..** **Gratin dauphinois & Fondue de poireaux..**	**STEAK HACHE DE VEAU SAUCE STROGO...** **Macaroni & Haricots verts s/sel**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Entremets chocolat s/sucre Yaourt à la Grecque	Fromage blanc Pomme Purée pomme-mangue
Jeu. 19 nov.	**Entrée**	Endives émincées herbes vinaigrette s/sel	Soupe de courgettes s/sel Salade de quinoa aux herbes s/sel
	Plat garni	**SAUTE DE VOLAILLE AU JUS S/SEL** **Riz basmati & Ratatouille s/sel**	**SAUTE DE BOEUF SAUCE CUMIN S/SEL** **Purée saint germain & Carottes persillé..**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Fromage blanc 0% Yaourt nature 0%	Fromage frais gourmand Raisin Purée pomme banane vanille
Ven. 20 nov.	**Entrée**	Concombre vinaigrette s/sel	Velouté de potiron à la noisette s/sel Taboulé aux raisins secs s/sel
	Plat garni	**OEUFS BROUILLES AUX CHAMPIGNONS.** **Semoule & Céleri braisé s/sel**	**FILET DE HOKI CREME DE PERSIL S/SEL** **Blé à la tomate & Courge butternut à la ...**
	Fromage Dessert & laitage	Saint Paulin s/sel Yaourt à la Grecque Fromage blanc 0%	Yaourt brassé Ananas en morceaux Purée pomme cannelle
Sam. 21 nov.	**Entrée**	Salade de haricots rouges vinaigrette s/sel Betteraves cuites vinaigrette à la ciboulette s/..	Potage champignons s/sel Céleri râpé à l'indienne s/sel
	Plat garni	**AIGUILLETTES DE POULET JUS AU THY...** **Riz pilaf & Brocolis s/sel**	**FILET DE COLIN SAUCE BLANQUETTE S...** **Pâtes du jour & Haricots beurre à l'écha..**
	Fromage Dessert & laitage	Edam s/sel Entremets framboise s/sucre Yaourt nature 0%	Petit suisse x2 Pruneaux au thé Purée pomme fruits rouges
Dim. 22 nov.	**Entrée**	Radis roses râpés sauce fromage blanc herbe..	Potage crécy s/sel Mousse de légumes s/sel
	Plat garni	**ROTI DE PORC SAUCE ECHALOTE S/SEL..** **Pommes vapeur & Epinards à la bécham..**	**EMINCE D'AGNEAU SAUCE CUMIN S/SEL** **Flageolets ail et persil & Purée de pana...**
	Fromage Dessert & laitage	Gouda s/sel Moelleux cacao s/sucre Fromage blanc 0%	Yaourt nature Poire Purée pomme-pruneaux

* contient du porc