

# Régime Diabétique

Nous vous souhaitons un bon appétit

Client :



2019-Semaine

| Lundi 4 Novembre | Qté | Mardi 5 Novembre | Qté | Mercredi 6 Novembre | Qté | Jeudi 7 Novembre | Qté | Vendredi 8 Novembre | Qté |
|------------------|-----|------------------|-----|---------------------|-----|------------------|-----|---------------------|-----|
|------------------|-----|------------------|-----|---------------------|-----|------------------|-----|---------------------|-----|



**ENTREES**

|   |                                     |  |                    |  |                             |  |                                 |  |                           |  |   |
|---|-------------------------------------|--|--------------------|--|-----------------------------|--|---------------------------------|--|---------------------------|--|---|
| A | Cœur de palmier et maïs vinaigrette |  | Carottes râpées    |  | Salade de betteraves        |  | Salade verte aux agrumes        |  | Macédoine vinaigrette     |  | A |
| B | Pomelos                             |  | Taboulé            |  | Salade riz composée         |  | Salade de lentilles vinaigrette |  | Choux bicolores persillés |  | B |
| C | Potage de tomate                    |  | Potage cultivateur |  | Soupe de lentilles au cumin |  | Potage Paysan                   |  | Potage de Haricots blancs |  | C |



**PLATS**

|   |                          |  |                                      |  |                                   |  |                          |  |                                |  |   |
|---|--------------------------|--|--------------------------------------|--|-----------------------------------|--|--------------------------|--|--------------------------------|--|---|
| D | Bœuf braisé sauce tomate |  | Steak hache de veau sauce forestière |  | Darne de colin sauce fines herbes |  | Roti de porc au jus      |  | Dés de poisson sauce basquaise |  | D |
| E | Côte de porc             |  | Poulet rôti                          |  | Emincé de dinde sauce bulgogi     |  | Escalope de dinde au jus |  | Omelette sauce tomate          |  | E |
| F | Steak haché              |  | Jambon blanc                         |  | Poulet rôti                       |  | Steak haché              |  | Poulet rôti                    |  | F |
| G |                          |  | Steak haché                          |  | Steak haché                       |  | Poulet rôti              |  | Steak haché                    |  | G |



**ACCOMP**

|   |                           |  |                 |  |                     |  |   |  |                    |  |   |
|---|---------------------------|--|-----------------|--|---------------------|--|---|--|--------------------|--|---|
| H | Julienne de légumes       |  | Epinards au jus |  | Petits pois mijotés |  | Sauté de brocolis, tomates, champignons |  | Poêlée forestière  |  | H |
| I | Fondue de poireaux        |  | Courgettes      |  | Poêlée villageoise  |  | Haricots verts                          |  | Salsifis persillés |  | I |
| J | Pommes de terre persillés |  | Farfallines     |  | Purée crécy         |  | Semoule                                 |  | Macaronis          |  | J |
| K | Salade verte              |  | Salade verte    |  | Salade verte        |  | Salade verte                            |  | Salade verte       |  | K |



**LAITAGES**

|   |                                 |  |                      |  |               |  |                      |  |               |  |   |
|---|---------------------------------|--|----------------------|--|---------------|--|----------------------|--|---------------|--|---|
| L | Petit Moulé ail et fines herbes |  | Saint Paulin         |  | Vache qui rit |  | Edam                 |  | Pavé 1/2 sel  |  | L |
| M | Yaourt nature                   |  | Fromage blanc nature |  | Petit suisse  |  | Fromage blanc nature |  | Yaourt nature |  | M |



**DESSERTS**

|   |                               |  |                                    |  |                              |  |                              |  |                           |  |   |
|---|-------------------------------|--|------------------------------------|--|------------------------------|--|------------------------------|--|---------------------------|--|---|
| N | Pomme                         |  | Ananas                             |  | Raisin blanc                 |  | Poire                        |  | Banane                    |  | N |
| O | Entremets chocolat sans sucre |  | Abricot au naturel                 |  | Purée pomme ananas           |  | Entremets caramel sans sucre |  | Purée de pêche            |  | O |
| P | Cocktail de fruits au naturel |  | Semoule au lait sans sucre du chef |  | Entremets vanille sans sucre |  | Tarte sans sucre             |  | Entremets café sans sucre |  | P |
| Q | #REF!                         |  | #REF!                              |  | #REF!                        |  | #REF!                        |  | #REF!                     |  | Q |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

**NOS ENGAGEMENTS QUALITES**



Pêche responsable



\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

SOGERES Centre  
 ZA Les Pins  
 8 rue des Artisans  
 37230 LUYNES  
 Fax : 02 47 53 66 04  
 Tél . 02 47 53 15 99  
 @: secretaireunite.tours@sogeres.fr

**Sogeres**  
 RESTAURATEUR

# Régime Hypocalorique Diabétique

*Nous vous souhaitons un bon appétit*

Client :



2019-Semaine

| Samedi 9 Novembre | Qté | Dimanche 10 Novembre | Qté |
|-------------------|-----|----------------------|-----|
|-------------------|-----|----------------------|-----|



**ENTREES**

|   |                                  |  |                              |  |  |  |   |
|---|----------------------------------|--|------------------------------|--|--|--|---|
| A | Salade verte et mais             |  | Salade de fenouil et carotte |  |  |  | A |
| B | Salade de blé aux petits légumes |  | Cœur de palmier vinaigrette  |  |  |  | B |
| C | Potage de haricots verts         |  | Velouté de cresson           |  |  |  | C |



**PLATS**

|   |                                       |  |   |  |  |  |   |
|---|---------------------------------------|--|---|--|--|--|---|
| D | Brochettes de poisson sauce dieppoise |  | Filet de lieu à l'huile d'olive et citron |  |  |  | D |
| E | Emincé de porc à la dijonnaise        |  | Paupiette de veau et son jus aux oignons  |  |  |  | E |
| F | Foie persillé                         |  | Aiguillettes au poulet                    |  |  |  | F |



**ACCOMP**

|   |                    |  |                        |  |  |  |   |
|---|--------------------|--|------------------------|--|--|--|---|
| G | Navets sautés      |  | Printanière de légumes |  |  |  | G |
| H | Champignons poêlés |  | Carottes à l'ail       |  |  |  | H |
| I | Polenta            |  | Riz aux petits légumes |  |  |  | I |
| J | Salade verte       |  | Salade verte           |  |  |  | J |



**LAITAGE S**

|   |                      |  |              |  |  |  |   |
|---|----------------------|--|--------------|--|--|--|---|
| K | Rouy                 |  | Saint Bricet |  |  |  | K |
| L | Fromage blanc nature |  | Petit suisse |  |  |  | L |



**DESSERT S**

|   |                              |  |                   |  |  |  |   |
|---|------------------------------|--|-------------------|--|--|--|---|
| M | Orange                       |  | Mandarine         |  |  |  | M |
| N | Entremets vanille sans sucre |  | Poire au naturel  |  |  |  | N |
| O | Purée de pommes              |  | Yaourt aux fruits |  |  |  | O |
| P | #REF!                        |  | #REF!             |  |  |  | P |

\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

**NOS  
 ENGAGEMENTS  
 QUALITES**



Pêche responsable



# Régime Diabétique

Nous vous souhaitons un bon appétit

Client :



2019-Semaine

| Lundi 11 Novembre | Qté | Mardi 12 Novembre | Qté | Mercredi 13 Novembre | Qté | Jeudi 14 Novembre | Qté | Vendredi 15 Novembre | Qté |
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|



**ENTREES**

|   |  |  |                       |  |                               |  |                             |  |                     |  |   |
|---|--|--|-----------------------|--|-------------------------------|--|-----------------------------|--|---------------------|--|---|
| A | Asperge aux herbes                                     |  | Salade de pois chiche |  | Pomelos                       |  | Poireaux vinaigrette        |  | Betterave en salade |  | A |
| B | Salade de lentilles vianigrette aux agrumes et romarin |  | Brocolis et échalote  |  | Salade de risetti aux légumes |  | Cœur de palmier vinaigrette |  | Fond d'artichaut    |  | B |
| C | Potage Tourangeau                                      |  | Potage Choisy         |  | Potage de légumes             |  | Velouté de champignons      |  | Potage J Darblay    |  | C |



**PLATS**

|   |                              |  |                                    |  |                            |  |                 |  |   |  |   |
|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|----------------------------|--|-----------------|--|---|--|---|
| D | Sauté de dinde sauce au thym |  | Filet de hoki sauce Nantua         |  | Gardiane de bœuf           |  | Colombo de porc |  | Céleri mentier de poisson               |  | D |
| E | Rôti de porc aux oignons     |  | Escalope de porc sauce charcutière |  | Steak hache de veau au jus |  | Poulet rôti     |  | Escalope de dinde sauce paprika, persil |  | E |
| F | Jambon blanc                 |  | Poulet rôti                        |  | Poulet rôti                |  | Steak haché     |  | Jambon blanc                            |  | F |
| G |                              |  | Steak haché                        |  | Jambon blanc               |  | Jambon blanc    |  | Steak haché                             |  | G |



**ACCOMP**

|   |                              |  |                          |  |                        |  |                      |  |                    |  |   |
|---|------------------------------|--|--------------------------|--|------------------------|--|----------------------|--|--------------------|--|---|
| H | Haricots beures persillés    |  | Ratatouille à la niçoise |  | Haricots verts à l'ail |  | Carottes aux oignons |  | Purée de céleri    |  | H |
| I | Légumes cuisinés au cerfeuil |  | Juliennes de légumes     |  | Salsifis persillés     |  | Duo de courgette     |  | Bouquet de légumes |  | I |
| J | Pommes de terre persillés    |  | Riz cuisiné Pilaf        |  | Pommes de terre vapeur |  | Quinoa               |  | Lentilles mijotées |  | J |
| K | Salade verte                 |  | Salade verte             |  | Salade verte           |  | Salade verte         |  | Salade verte       |  | K |



**LAITAGES**

|   |                      |  |               |  |                     |  |               |  |                      |  |   |
|---|----------------------|--|---------------|--|---------------------|--|---------------|--|----------------------|--|---|
| L | Cantafrais           |  | Vache qui rit |  | Montboissier        |  | Six de Savoie |  | Fraidou              |  | L |
| M | Fromage blanc nature |  | Yaourt nature |  | Petit suisse nature |  | Yaourt nature |  | Fromage blanc nature |  | M |



**DESSERT S**

|   |                              |  |                      |  |                             |  |                               |  |                              |  |   |
|---|------------------------------|--|----------------------|--|-----------------------------|--|-------------------------------|--|------------------------------|--|---|
| N | Ananas                       |  | Orange               |  | Banane                      |  | Pomme                         |  | Ananas                       |  | N |
| O | Entremet café sans sucre     |  | Purée pomme banane   |  | Entremet vanille sans sucre |  | Entremets chocolat sans sucre |  | Cake léger du chef           |  | O |
| P | Entremets caramel sans sucre |  | Yaourts aux fruits 0 |  | Purée pomme poire           |  | Cocktail de fruits au naturel |  | Entremet chocolat sans sucre |  | P |
| Q | #REF!                        |  | #REF!                |  | #REF!                       |  | #REF!                         |  | #REF!                        |  | Q |

\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

**NOS ENGAGEMENTS QUALITES**



Pêche responsable



SOGERES Centre  
 ZA Les Pins  
 8 rue des Artisans  
 37230 LUYNES  
 Fax : 02 47 53 66 04  
 Tél . 02 47 53 15 99  
 @: secretaireunite.tours@sogeres.fr



# Régime Hypocalorique Diabétique

Nous vous souhaitons un bon appétit

Client :



2019-Semaine

| Samedi 16 Novembre | Qté | Dimanche 17 Novembre | Qté |
|--------------------|-----|----------------------|-----|
|--------------------|-----|----------------------|-----|



ENTREES

|   |                               |  |                                       |  |   |
|---|-------------------------------|--|---------------------------------------|--|---|
| A | Salade d'endive pomme et noix |  | Salade trois saveurs                  |  | A |
| B | Salade de pate à l'orientale  |  | Salade de haricots blancs au cerfeuil |  | B |
| C | Soupe à l'oignon              |  | Velouté de brocolis et poireaux       |  | C |



PLATS

|   |                                  |  |                               |  |   |
|---|----------------------------------|--|-------------------------------|--|---|
| D | Marmite de poisson mode Honfleur |  | Filet de lieu sauce Duglère   |  | D |
| E | Cote de porc sauce basquaise     |  | Bifeck hache au jus           |  | E |
| F | Omelette du chef                 |  | Jambon blanc sauce forestière |  | F |



ACCOMP

|   |                             |  |                    |  |   |
|---|-----------------------------|--|--------------------|--|---|
| G | Brocolis                    |  | Poêlée Texane      |  | G |
| H | Epinards au jus             |  | Petit-pois mijotés |  | H |
| I | Boulgour aux petits légumes |  | Purée au romarin   |  | I |
| J | Salade verte                |  | Salade verte       |  | J |



LAITAGE S

|   |               |  |                     |  |   |
|---|---------------|--|---------------------|--|---|
| K | Saint Paulin  |  | Saint Bricet        |  | K |
| L | Yaourt nature |  | Petit suisse nature |  | L |



DESSERT S

|   |                             |  |                          |  |   |
|---|-----------------------------|--|--------------------------|--|---|
| M | Poire                       |  | Raisin                   |  | M |
| N | Purée pomme pruneau         |  | Entremet café sans sucre |  | N |
| O | Entremet vanille sans sucre |  | Purée de pomme           |  | O |
| P | #REF!                       |  | #REF!                    |  | P |

NOS ENGAGEMENTS QUALITES



Pêche responsable



\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

Client :



2019-Semaine

| Lundi 18 Novembre | Qté | Mardi 19 Novembre | Qté | Mercredi 20 Novembre | Qté | Jeudi 21 Novembre | Qté | Vendredi 22 Novembre | Qté |
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|



**ENTREES**

|   |                           |  |   |  |                                  |  |   |  |                    |  |   |
|---|---------------------------|--|---|--|----------------------------------|--|---|--|--------------------|--|---|
| A | Radis sauce fromage blanc |  | Salade verte et maïs aux herbes vinaigrette |  | Emincé de choux fleurs en salade |  | Salade de concombre , maïs aux aromates       |  | Brocolis en salade |  | A |
| B | Endive vinaigrette        |  | Salade de blé sauce vierge à la menthe      |  | Macédoine vinaigrette            |  | Salade de haricots blanc vinaigrette cerfeuil |  | Salade du bocage   |  | B |
| C | Potage Andalou            |  | Potage Tourangeau                           |  | Soupe de pois cassés             |  | Potage cultivateur                            |  | Soupe aux épinards |  | C |



**PLATS**

|   |                              |  |  |  |                                   |  |                                |  |                              |  |   |
|---|------------------------------|--|--|--|-----------------------------------|--|--------------------------------|--|------------------------------|--|---|
| D | Filet de hoki sauce Normande |  | Rôti de porc sauce au romarin            |  | Sauté de dinde aux petits oignons |  | Filet de lieu sauce Bercy      |  | Pavé de merlu sauce bretonne |  | D |
| E | Poulet rôti                  |  | Spaghetti à la bolognaise (plat complet) |  | Omelette aux herbes du chef       |  | Escalope de porc sauce niçoise |  | Hachis parmentier (PC)       |  | E |
| F | Jambon blanc                 |  | Poulet rôti                              |  | Jambon blanc                      |  | Jambon blanc                   |  | Poulet rôti                  |  | F |
| G |                              |  | Steak haché                              |  | Poulet rôti                       |  | Steak haché                    |  | Steak haché                  |  | G |



**ACCOMP**

|   |                      |  |                        |  |                            |  |                        |  |                       |  |   |
|---|----------------------|--|------------------------|--|----------------------------|--|------------------------|--|-----------------------|--|---|
| H | Poêlée de légumes    |  | Haricots verts à l'ail |  | Epinards au jus            |  | Fenouil braisé         |  | Haricots panachés     |  | H |
| I | Carottes             |  | Ratatouille            |  | Champignons poêlés         |  | Poêlée campagnarde     |  | Légumes façon maillot |  | I |
| J | Semoule sauce tomate |  | Spaghetti              |  | Pommes de terre persillées |  | Riz aux petits légumes |  | Purée de pois cassés  |  | J |
| K | Salade verte         |  | Salade verte           |  | Salade verte               |  | Salade verte           |  | Salade verte          |  | K |



**LAITAGES**

|   |               |  |                     |  |               |  |                      |  |                     |  |   |
|---|---------------|--|---------------------|--|---------------|--|----------------------|--|---------------------|--|---|
| L | Cœur de dame  |  | Six de Savoie       |  | Petit moulé   |  | Saint Nectaire       |  | Rondelé aux noix    |  | L |
| M | Yaourt nature |  | Petit suisse nature |  | Yaourt nature |  | Fromage blanc nature |  | Petit suisse nature |  | M |



**DESSERT S**

|   |                                |  |                       |  |                    |  |                          |  |                               |  |   |
|---|--------------------------------|--|-----------------------|--|--------------------|--|--------------------------|--|-------------------------------|--|---|
| N | Banane                         |  | Kiwi                  |  | Pomme              |  | Assiette de fruits       |  | Poire                         |  | N |
| O | Entremet vanille sans sure     |  | Purée de pomme coings |  | Pomme au four      |  | Purée de pomme et ananas |  | Cocktail de fruits au naturel |  | O |
| P | Riz au lait du chef sans sucre |  | Pâtisserie sans sucre |  | Purée pomme fraise |  | Tarte sans sucre         |  | Entremets chocolat sans sucre |  | P |
| Q | #REF!                          |  | #REF!                 |  | #REF!              |  | #REF!                    |  | #REF!                         |  | Q |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

**NOS ENGAGEMENTS QUALITES**



Pêche responsable



SOGERES Centre  
 ZA Les Pins  
 8 rue des Artisans  
 37230 LUYNES  
 Fax : 02 47 53 66 04  
 Tél . 02 47 53 15 99  
 @: secretaireunite.tours@sogeres.fr



# Régime Hypocalorique Diabétique

*Nous vous souhaitons un bon appétit*

Client :



2019-Semaine

| Samedi 23 Novembre | Qté | Dimanche 24 Novembre | Qté |
|--------------------|-----|----------------------|-----|
|--------------------|-----|----------------------|-----|



ENTREES

|   | Samedi 23 Novembre               | Qté | Dimanche 24 Novembre        | Qté |   |
|---|----------------------------------|-----|-----------------------------|-----|---|
| A | Salade exotique                  |     | Pomelos                     |     | A |
| B | Filet de maquereau à la moutarde |     | Carottes râpées vinaigrette |     | B |
| C | Potage Paysan                    |     | Potage de haricots verts    |     | C |



PLATS

|   | Samedi 23 Novembre             | Qté | Dimanche 24 Novembre                   | Qté |   |
|---|--------------------------------|-----|--|-----|---|
| D | Rôti de bœuf cuisiné au jus    |     | Duo de poissons sauce façon grand mère |     | D |
| E | Escalope de porc sauce Diable  |     | Pot au feu (PC)                        |     | E |
| F | Emince de dinde sauce au curry |     | Poulet rôti                            |     | F |



ACCOMP

|   | Samedi 23 Novembre | Qté | Dimanche 24 Novembre  | Qté |   |
|---|--------------------|-----|-----------------------|-----|---|
| G | Poêlée champêtre   |     | Légumes du pot au feu |     | G |
| H | Haricots beurre    |     | Choux de Bruxelles    |     | H |
| I | Coquillettes       |     | Polenta               |     | I |
| J | Salade verte       |     | Salade verte          |     | J |



LAITAGE

|   | Samedi 23 Novembre | Qté | Dimanche 24 Novembre | Qté |   |
|---|--------------------|-----|----------------------|-----|---|
| K | Mimolette          |     | Saint Bricet         |     | K |
| L | Yaourt nature      |     | Fromage blanc nature |     | L |



DESSERT

|   | Samedi 23 Novembre           | Qté | Dimanche 24 Novembre      | Qté |   |
|---|------------------------------|-----|---------------------------|-----|---|
| M | Orange                       |     | Clémenville               |     | M |
| N | Entremets vanille sans sucre |     | Purée de pomme poire      |     | N |
| O | Cake léger du chef           |     | Entremets café sans sucre |     | O |
| P | #REF!                        |     | #REF!                     |     | P |

NOS ENGAGEMENTS QUALITES



Pêche responsable



\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

# Régime Diabétique

Nous vous souhaitons un bon appétit

Client :



2019-Semaine

| Lundi 25 Novembre | Qté | Mardi 26 Novembre | Qté | Mercredi 27 Novembre | Qté | Jeudi 28 Novembre | Qté | Vendredi 29 Novembre | Qté |
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|
|-------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|-------------------|-----|----------------------|-----|



**ENTREES**

|   |                             |                    |   |                               |                                 |   |
|---|-----------------------------|--------------------|---|-------------------------------|---------------------------------|---|
| A | Salade de Betteraves        | Céleri vinaigrette | Emincé de chou blanc et noix                            | Salade de fenouil et carottes | Carottes râpées vinaigrette     | A |
| B | Haricots verts à l'échalote | Salade croquante   | Salade de tomate et cœur de palmier vinaigrette basilic | Salade de boulgour            | Salade verte et mais aux herbes | B |
| C | Velouté Dubarry             | Potage Crécy       | Soupe à la Normande                                     | Velouté Salsifis              | Soupe à l'oignons               | C |



**PLATS**

|   |                                   |                                |                                 |                                |                                   |   |
|---|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|---|
| D | Pavé de hoki sauce tomate         | Dés de poisson sauce dieppoise | Tripes à la mode de Caen        | Filet de merlu sauce citron    | Dés de poisson sauce fines herbes | D |
| E | Escalope de dinde sauce basquaise | Sauté de porc au curry         | Escalope de dinde sauce niçoise | Rissolé de porc sauce chasseur | Sauté de veau façon fermière      | E |
| F | Poulet rôti                       | Jambon blanc                   | Poulet rôti                     | Jambon blanc                   | Jambon blanc                      | F |
| G |                                   | Steak haché                    | Steak haché                     | Steak haché                    | Poulet rôti                       | G |



**ACCOMP**

|   |                      |                      |  |                          |                  |   |
|---|----------------------|----------------------|--|--------------------------|------------------|---|
| H | Fondue de poireaux   | Choux fleurs à l'ail | Bouquet de légumes                     | Jardinière de légumes    | Haricots beurrés | H |
| I | Purée de petits pois | Epinards au jus      | Julienne de légumes                    | Blettes persillées       | Tomate rôtie     | I |
| J | Lentilles mijotées   | Semoule              | Purée de de courges et pommes de terre | Pommes de terre lamelles | Riz              | J |
| K | Salade verte         | Salade verte         | Salade verte                           | Salade verte             | Salade verte     | K |



**LAITAGES**

|   |               |                      |                     |                      |               |   |
|---|---------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------|---|
| L | Carré frais   | Gouda                | Petit cotentin      | Samos                | Kiri          | L |
| M | Yaourt nature | Fromage blanc nature | Petit suisse nature | Fromage blanc nature | Yaourt nature | M |



**DESSERT S**

|   |                       |                               |                           |                              |                              |   |
|---|-----------------------|-------------------------------|---------------------------|------------------------------|------------------------------|---|
| N | Pomme                 | Raisin blanc                  | Banane                    | Clémentine                   | Poire                        | N |
| O | Pêche au naturel      | Entremets chocolat sans sucre | Entremets café sans sucre | Entremets vanille sans sucre | Entremets caramel sans sucre | O |
| P | Purée de pomme ananas | Purée de pommes               | Cake léger du chef        | Purée pomme banane           | Purée pomme poire            | P |
| Q | #REF!                 | #REF!                         | #REF!                     | #REF!                        | #REF!                        | Q |

**NOS ENGAGEMENTS QUALITES**



Pêche responsable



\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

SOGERES Centre  
 ZA Les Pins  
 8 rue des Artisans  
 37230 LUYNES  
 Fax : 02 47 53 66 04  
 Tél . 02 47 53 15 99  
 @: secretaireunite.tours@sogeres.fr



# Régime Hypocalorique Diabétique

*Nous vous souhaitons un bon appétit*

Client :



2019-Semaine

| Samedi 30 Novembre | Qté | Dimanche 1er Décembre | Qté |
|--------------------|-----|-----------------------|-----|
|--------------------|-----|-----------------------|-----|



**ENTREES**

|   |                             |  |                                  |  |  |   |
|---|-----------------------------|--|----------------------------------|--|--|---|
| A | Champignon au persil        |  | Salade iceberg vinaigrette cumin |  |  | A |
| B | Choux bicolores vinaigrette |  | Poireaux aux herbes              |  |  | B |
| C | Potage Andalou              |  | Velouté champignons              |  |  | C |



**PLATS**

|   |                                   |  |   |  |  |   |
|---|-----------------------------------|--|---|--|--|---|
| D | Darne de colin sauce Marseillaise |  | Filet de lieu sauce Bretonne            |  |  | D |
| E | Emincé de porc sauce au jus       |  | Aiguillettes de poulet sauce fond blanc |  |  | E |
| F | Sauté de dinde sauce forestière   |  | Duo de poissons citronné                |  |  | F |



**ACCOMP**

|   |                |  |                          |  |  |   |
|---|----------------|--|--------------------------|--|--|---|
| G | Navets braisés |  | Brocolis en persillade   |  |  | G |
| H | Haricots verts |  | Ratatouille              |  |  | H |
| I | Coquillettes   |  | Purée de pommes de terre |  |  | I |
| J | Salade verte   |  | Salade verte             |  |  | J |



**LAITAGE S**

|   |                              |  |                     |  |  |   |
|---|------------------------------|--|---------------------|--|--|---|
| K | Cantadou ail et fines herbes |  | Saint Paulin        |  |  | K |
| L | Fromage blanc nature         |  | Petit suisse nature |  |  | L |



**DESSERT S**

|   |                       |  |                              |  |  |   |
|---|-----------------------|--|------------------------------|--|--|---|
| M | Pomme                 |  | Orange                       |  |  | M |
| N | Purée pomme fraise    |  | Entremets vanille sans sucre |  |  | N |
| O | Pâtisserie sans sucre |  | Purée pomme pruneau          |  |  | O |
| P | #REF!                 |  | #REF!                        |  |  | P |

\*\*\* Toutes nos vinaigrettes et nos sauces sont élaborées par nos cuisiniers sur la cuisine centrale \*\*\*

**NOS  
ENGAGEMENTS  
QUALITES**



Pêche responsable

