

1) Vous complétez :

Votre Nom et prénom :

Votre adresse et numéro de téléphone :

Vos allergies (noter les aliments) :

Votre régime spécifique (si vous en suivez un) :

2) Vous composez votre repas : 1 croix dans chaque couleur composant la formule choisie...

	LUNDI 1/04	CHOIX	MARDI 2/04	CHOIX	MERCREDI 3/04	CHOIX	JEUDI 4/04	CHOIX	VENDREDI 5/04	CHOIX	SAMEDI 6/04	CHOIX	DIMANCHE 7/04	CHOIX
ENTREE	Coleslow		Betteraves rouge		Salade de lentilles		Cake au fromage		Cornet à la russe		Poireaux vinaigrette		Tomate fraîcheur	
	Quiche lorraine		Flamiche aux poireaux		Pâté croute		Œuf chimay		Salade de haricots verts		Tarte à l'oignons		Assortiment de charcuterie	
SOUPE OU PAIN	SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR	
	PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN	
PLAT	Risotto au saumon parmesan		Filet de colin sauce crevettes		Flan de cabillaud aux épinards		Parmentier de saumon		Blanquette de poisson		Dos de cabillaud à l'espagnole		Pennes au saumon fumé et crème au citron	
	Rôti de porc sauce moutarde		Sauté de Bœuf		Palette de porc à la diable		Lasagnes à la bolognaise		Ragoût d'agneau		Poulet sauté au chorizo		Nuggets de poulet	
GARNITURE	Macaronis		Pommes vapeur		Flageolets au jus		Riz aux poivrons		Pommes de terre persillées		Coquillettes		Pommes de terre sautées	
	Haricots verts persillés		Carottes vichy		Épinard à la crème		Haricots beurre		Ratatouille		Jardinière de légumes		Carottes à la crème	
FROMAGE	Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages	
	Fromage blanc		Yaourt aux fruits		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt aux fruits		Faisselle	
DESSERT	Fondant au chocolat		Tarte au flan		Tarte aux poires		Brownie		Tarte au citron		Bavarois aux fruits rouges		Tarte aux pommes	
	Poire		Compote de pomme		Orange		banane		Pomme		Compote d'abricot		Kiwi	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 21/03

et vous n'avez plus qu'à attendre la livraison pour une excellente dégustation !!!

1) Vous complétez :

Votre Nom et prénom :

Votre adresse et numéro de téléphone :

Vos allergies (noter les aliments) :

Votre régime spécifique (si vous en suivez un) :

2) Vous composez votre repas : 1 croix dans chaque couleur composant la formule choisie...

	LUNDI 8/04	CHOIX	MARDI 9/04	CHOIX	MERCREDI 10/04	CHOIX	JEUDI 11/04	CHOIX	VENDREDI 12/04	CHOIX	SAMEDI 13/04	CHOIX	DIMANCHE 14/04	CHOIX
ENTREE	Céleri remoulade		Carottes râpées		Salade de riz		Tarte aux légumes		tartare de tomates et son œuf poché		Tarte au fromage		Concombre à la crème	
	Salade de pâtes		Taboulé		Salade de tomates		Jambon blanc		Poireaux mimosa		Chou rouge vinaigrette		Pizza 3 fromages	
SOUPE OU PAIN	SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR	
	PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN	
PLAT	Blanquette de colin		Crevettes sautées		Cabillaud pané crème au bleu		Filet de lieu normand		Crumble salé au saumon et poireaux		Croquettes de poisson		Fish & chips	
	Poulet à la moutarde		Bœuf stroganoff		Côte de porc sauce au poivre		Navarin d'agneau		Blanc de poulet au miel et balsamique		Lapin chasseur		Filet mignon de porc à la moutarde	
GARNITURE	Riz créole		Spaghettis		Boulgour		Pommes de terre à la lyonnaise		Tagliatelles		Riz cantonnais		Nouilles plates	
	Gratin de poireaux		Endives braisées		Epinard à la crème		Jardinière de légumes		Courgettes sautées		Purée de carottes		Brocolis persillés	
FROMAGE	Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages	
	Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc	
DESSERT	Millefeuille aux poires		Clafoutis aux pommes		Tarte tatin		Crème caramel		Bavarois poires chocolat		Pruneaux au vin		Tarte fine aux pommes	
	Salade de fruits		Compote de poire		Poire au vin		Pomme		Compote d'abricot		Kiwi		Banane	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 28/03

et vous n'avez plus qu'à attendre la livraison pour une excellente dégustation !!!

1) Vous complétez :

Votre Nom et prénom :

Votre adresse et numéro de téléphone :

Vos allergies (noter les aliments) :

Votre régime spécifique (si vous en suivez un) :

2) Vous composez votre repas : 1 croix dans chaque couleur composant la formule choisie...

	LUNDI 15	CHOIX	MARDI 16	CHOIX	MERCREDI 17	CHOIX	JEUDI 18	CHOIX	VENDREDI 19	CHOIX	SAMEDI 20	CHOIX	DIMANCHE 21	CHOIX
ENTREE	Salade de pomme de terre au thon		Macédoine de légumes		Betteraves rouges		Clafoutis aux légumes		Tarte au fromage		Salade piémontaise		Paté croute	
	Carottes rapées		Quiche lorraine		Salade de pâtes		Assortiment de charcuterie		Poireaux vinaigrette		Tomate fraîcheur		Salade de chou-fleur	
SOUPE OU PAIN	SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR	
	PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN	
PLAT	Blanquette d'agneau		Poulet rôti		Jarret de porc rôti au miel		Boulettes de viande sauce tomate		Daube de Bœuf		Lapin au cidre		Nuggets de poulet	
	Saumon à l'oseille		Pavé de lieu sauce au beurre		Cabillaud au beurre noisette		Parmentier de poisson		Gratin de poisson aux pomme de terre		Pâtes aux crevettes et pesto		Mousse de poisson sauce crustacés	
GARNITURE	Semoule		Garniture grand-mère		Flageolets à la tomate		Spaghettis		Riz pilaf		Tagliatelles		Pommes paillasson	
	Jardinière de légumes		Chou-fleur persillés		Endives braisées		Ratatouille		Brocolis persillés		Méli-mélo de légumes		Purée de potiron	
FROMAGE	Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages	
	Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits	
DESSERT	Clafoutis aux pruneaux		Entremet chantilly		Fondant au chocolat		Gâteau de riz au lait		Tarte aux poires		Bavarois poires chocolat		Gâteau au yaourt	
	Compte d'abricot		Banane		Ananas		Compote de pomme		Kiwi		Pomme		Salade de fruits	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 4Avril 2024

et vous n'avez plus qu'à attendre la livraison pour une excellente dégustation !!!

1) Vous complétez :

Votre Nom et prénom :

Votre adresse et numéro de téléphone :

Vos allergies (noter les aliments) :

Votre régime spécifique (si vous en suivez un) :

2) Vous composez votre repas : 1 croix dans chaque couleur composant la formule choisie...

	LUNDI 22	CHOIX	MARDI 23	CHOIX	MERCREDI 24	CHOIX	JEUDI 25	CHOIX	VENDREDI 26	CHOIX	SAMEDI 27	CHOIX	DIMANCHE 28	CHOIX
ENTREE	Tarte à la tomate		Choux rouge vinaigrette		Tomate mozzarella		Jambon cru		Muffins au chèvre frais		Salade de haricots verts		Céleri rémoulade	
	Betteraves rouges		Feuilleté au fromage		Salade de lentilles		Clafoutis salés aux courgettes		Carottes râpées		Quiche lorraine		Salade d'ébly	
SOUPE OU PAIN	SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR		SOUPE DU JOUR	
	PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN		PAIN	
PLAT	Bœuf bourguignon		Steack haché sauce au poivre		Rôti de porc sauce normande		Civet de lapin à l'ancienne		Hachis parmentier		Blanquette de poulet aux champignons		Bœuf carottes	
	Pavé de lieu noir au curry		Lasagne de saumon		Dos de cabillaud crème d'ail		Tagliatelle de saumon		Boulettes de poisson à la tomate		Marmite du pêcheur		Poisson pané	
GARNITURE	Coquillettes		Quinoa		Purée de pommes de terre		Nouilles		Boulgour		Riz pilaf		Gratin dauphinois	
	Carottes vichy		Haricots verts persillés		Embeurrée de poireaux		Salsifis au jus		Flan de courges		Petits pois carottes		Ratatouille	
FROMAGE	Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages		Assortiment de fromages	
	Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc	
DESSERT	Paris brest		gâteau au chocolat		Gâteau de semoule		Éclair au chocolat		Gâteau de riz au lait		Tarte fine aux pommes		Tarte alsacienne	
	Fruit au sirop		Orange		Compote d'abricots		Banane		Poire		Kiwi		Pomme	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 11 Avril

et vous n'avez plus qu'à attendre la livraison pour une excellente dégustation !!!