

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 03/11	CHOIX	MARDI 04/11	CHOIX	MERCREDI 05/11	CHOIX	JEUDI 06/11	CHOIX	VENDREDI 07/11	CHOIX	SAMEDI 08/11	CHOIX	DIMANCHE 09/11	CHOIX
ENTREE	Salade de lentilles		Tarte aux poireaux		Pizza 3 fromages		Salade d'endives et noix		Salade piémontaise		Salade de haricots verts		Salade de betteraves	
	Tarte au fromage		Jambon cru		Salade de pommes de terre et thon		Macédoine de légumes		Clafoutis aux légumes		Tarte à l'oignon		Salade de pépinettes et ses légumes	
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	
VIANDE	Sauté de bœuf à l'italienne		Steack au bleu		Boulettes de viande sauce tomate		Chili con carne		Cuisse de canard confite		Poulet stroganoff		Sauté de porc charcutière	
POISSON	Mousse de poisson		Pavé de lieu à la provençale		Lasagnes au saumon		Aile de raie au beurre		Filet de cabillaud à la parisienne		Brochette de merlu		Fish N'chips	
FÉCULENT	Tagliatelles		Riz basmati		Semoule		Pommes de terre sautées		Gnocchi		Boulgour		Coquillettes	
LÉGUME	Endives braisées		Jardinière de légumes		Gratin de poireaux		Choux de bruxelles aux lardons		Compotée de chou rouge		Petits pois à la française		Navets au jus	
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 nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle	
DESSERT	Clafoutis aux pommes		Salade de fruits		Fondant au chocolat		Pudding crème anglaise		Éclair à la vanille		Bavarois aux fruits rouges		Chou au chocolat	
	Banane caramélisée		Compote de poires		Pomme		Orange		Compote de pommes		Clémentine		Poire	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 23 octobre...

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 10/11	CHOIX	MARDI 11/11	CHOIX	MERCREDI 12/11	CHOIX	JEUDI 13/11	CHOIX	VENDREDI 14/11	CHOIX	SAMEDI 15/11	CHOIX	DIMANCHE 16/11	CHOIX
ENTREE	Tomate mimosa		Croque-monsieur		Muffin au fromage		Carottes râpées		Salade niçoise		Céleri rémoulade		Salade de haricots verts	
	Tarte aux légumes		Salade de chou rouge		Cornet à la russe		Quiche lorraine		pâté de campagne		Salade de riz		Salade de pâtes et surimi	
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	
VIANDE	Steak sauce au bleu		Saucisse de toulouse		Hachis parmentier		Escalope de volaille panée		Aiguillette de poulet à la provençale		Rôti de porc sauce normande		Sauté de cannard au poivre	
POISSON	Marmite de poisson		Filet de lieu au beurre blanc		Pavé de saumon sauce oseille		Boulettes de poisson au curry		Colin aux agrumes		Feuilleté fruits de mer à la crème		Saumon en papillote	
FÉCULENT	Riz madras		Purée de pommes de terre		Flageolets au jus		Spaghettis		Semoule		Haricots blancs à la tomate		Gratin de pomme de terre	
LÉGUME	Brocolis persillés		Bouquetière de légumes		Épinard à la crème		Purée de courge		Ratatouille		Gratin de courgettes		Champignons 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	
	Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature	
DESSERT	Fondant au chocolat		Compote à la banane		Tarte aux poires		Crème brûlée		Gâteau au yaourt		Bavarois orange		Mousse au chocolat	
	Mandarine		Pomme		Salade de fruits		Clémentine		Orange		Kiwi		Banane	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 30 octobre 2025...

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 17/11	CHOIX	MARDI 18/11	CHOIX	MERCREDI 19/11	CHOIX	JEUDI 20/11	CHOIX	VENDREDI 21/11	CHOIX	SAMEDI 22/11	CHOIX	DIMANCHE 23/11	CHOIX
ENTREE	Muffin au chèvre frais		Poireaux mimosa		Concombre à la crème		Radis beurre		Salade d'endives et noix		Betteraves vinaigrette		Tarte à la tomate	
	Pizza végétarienne		Pâté croûte		Mousse de thon		Tarte au fromage		Champignons à la grecque		Œufs durs mayonnaise		Salade de pâtes fromage et jambon	
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	
VIANDE	Poulet rôti		Sauté de porc au curry		Escalope de dinde aux champignons		Jambon sauce madère		Lapin à la moutarde		Filet de poulet à la crème		Ragoût d'agneau	
POISSON	Filet de merlu rôti		Filet de colin sauce aurore		Dos de cabillaud crème d'ail		Lasagne de saumon		Thon à la tomate		Gratin de poisson		Filet de lieu aux épices	
FÉCULENT	Riz pilaf		Pommes de terre sautées		Mélange de céréales		Lentilles au petits légumes		Nouilles plates		Purée de patates douces		pommes de terre vapeur	
LÉGUME	Endives persillées		Petits pois à la crème		Gratin de chou-fleur		Embeurrée de poireaux		Purée de carottes		Bouquetière de légumes		Gratin de brocolis	
FROMAGE	ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES		ASSORTIMENT DE FROMAGES	
	Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc	
DESSERT	Tarte à l'orange		Chou chantilly		Tarte aux pommes		Gâteau de riz au lait		Ile flottante		Éclair à la vanille		Tarte au flan	
	Compote d'abricots		Pomme		Clémentine		Kiwi		Orange		Mandarine		Poire	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 6 novembre 2025...

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 24/11	CHOIX	MARDI 25/11	CHOIX	MERCREDI 26/11	CHOIX	JEUDI 27/11	CHOIX	VENDREDI 28/11	CHOIX	SAMEDI 29/11	CHOIX	DIMANCHE 30/11	CHOIX
ENTREE	Quiche au thon		Jambon blanc		Betteraves vinaigrette		Pâté croûte		Tarte courgettes et chèvre		Salade d'endives et noix		Feuilleté au fromage	
	Carottes rapées		Salade de chou-fleur		Pizza aux trois fromages		Salade de lentilles		Salade de pois chiches		Salade piémontaise		Salade maïs et thon	
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	
VIANDE	Bœuf bourguignon		Aiguillette de volaille à la crème		Sauté de porc forestier		Steak au poivre		Sauté d'agneau		Sauté de bœuf aux olives		Jambon grillé sauce aux champignons	
POISSON	Timbale de poisson		Crevettes à la crème d'ail		Filet de rouget poêlé		Hachis parmentier au poisson		Pavé de saumon à la crème d'ail		Boulettes de poisson à la tomate		Encornets à la provençale	
FÉCULENT	Boulgour		Coquillettes au beurre		Pommes duchesse		Semoule		Flageolets à la tomate		Riz à la parisienne		Potatoes	
LÉGUME	Épinards		Petits pois aux lardons		Haricots verts persillés		Carottes à la crème		Gratin de poireaux		Choux de bruxelles aux lardons		Poêlée de légumes	
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 au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit	
DESSERT	Éclair au chocolat		Clémentine		Brownie		Crème caramel		Tarte au chocolat		Gâteaux de riz au lait		Saint-Honoré	
	Compote à la banane		Salade de fruits		Clémentine		Banane		Orange		Pomme		Kiwi	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 13 novembre 2025...

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