

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) :

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

	LUNDI 2/02	CHOIX	MARDI 3/02	CHOIX	MERCREDI 4/02	CHOIX	JEUDI 5/02	CHOIX	VENDREDI 6/02	CHOIX	SAMEDI 7/02	CHOIX	DIMANCHE 8/02	CHOIX
ENTREE	Salade d'endives et noix		Poireaux mimosa		Tartare de tomates et son oeuf poché		Carottes râpées		Chou rouge vinaigrette		Betteraves vinaigrette		Céleri rémoulade	
	Taboulé		Salade de pâtes		Pâté de campagne		Salami		Tarte au fromage de chèvre pesto		Pizza aux 3 fromages		Salade de riz	
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 stroganoff		Ragoût d'agneau		Chili con carne		Sauté de canard au poivre		Rognons de boeuf à la moutarde		Boulettes de viande à la tomate		Gâteau de foies de volaille sauce tomate	
POISSON	Filet de colin duguéré		Encornets à la provençale		Croquettes de poisson		Pavé de saumon sauce cervoise		Fish'n chips		Filet de dorade sauce normande		Dos de cabillaud à la crème d'ail	
FÉCULENT	Purée de pommes de terre		Gratin de pâtes		Riz à la parisienne		Flageolets		Pommes de terre sautées		Spaghettis		Polenta	
LÉGUME	Jardinière de légumes		Carottes vichy		Haricots verts		Choux-fleurs persillés		Purée de légumes		Embeurée de poireaux		Ratatouille	
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	Crème caramel		Poire au sirop		Brownie		Mille feuilles aux framboises		Clafoutis aux pommes		Bavarois poires chocolat		Tarte tatin	
	Pomme		Compote d'abricots		Pruneaux au vin		Salade de fruits		Banane		Compote de pommes		Poire	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 22 janvier 2026...

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 9/02	CHOIX	MARDI 10/02	CHOIX	MERCREDI 11/02	CHOIX	JEUDI 12/02	CHOIX	VENDREDI 13/02	CHOIX	SAMEDI 14/02	CHOIX	DIMANCHE 15/02	CHOIX
ENTREE	Poireaux vinaigrette		Salade de haricots verts		Tarte à l'oignon		Carottes râpées		Concombre à la crème		Clafoutis de légumes		betteraves rouges vinaigrette	
	Tarte au fromage		Paté croûte		Salade de riz		Salade de pommes de terre et thon		Quiche lorraine		Assortiment de charcuterie		Wrap au saumon	
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	Saucisson à la beaujolaise		Aiguillette de volaille à la provençale		Sauté de porc au curry		Sauté de boeuf aux olives		hachis parmentier de canard		Langue de boeuf sauce piquante		Poulet rôti	
POISSON	Blanquette de cabillaud		Encornet aux épices		Lasagne de poisson		Filet de lieu noir grillée		Saumon à l'oseille		Quenelle de brochet sauce nantua		Marmite du pêcheur	
FÉCULENT	Pommes vapeur		Riz		Boulgour		Coquillettes		haricots blanc à la tomates		lentilles aux petits légumes		Pommes de terre sautées	
LÉGUME	Duo de courgettes		Haricots beurre		Jardinière de légumes		Gratin de chou-fleur		Navets au jus		Carottes vichy		Petits pois carottes	
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	Flan vanille		Entremet au chocolat		Tarte à la praline		Tarte aux pommes		Éclair au chocolat		Gâteau de riz au lait		Tarte au flan	
	Clémentine		Compote de pomme		Poire		Kiwi		Salade de fruits		Pomme		Compote à la banane	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 29 janvier 2026 ...

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) :

A NOUS RETOURNER

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

	LUNDI 16/02	CHOIX	MARDI 17/02	CHOIX	MERCREDI 18/02	CHOIX	JEUDI 19/02	CHOIX	VENDREDI 20/02	CHOIX	SAMEDI 21/02	CHOIX	DIMANCHE 22/02	CHOIX
ENTREE	Quiche au saumon		Carottes râpées		Rosette		Salade de haricots verts		Poireaux mimosa		Tarte à la tomate		Tarte à l'oignon	
	Taboulé		Cake au fromage		Salade de lentilles		Cornet à la russe		Salade piémontaise		Salade de pâtes		Oeuf dur mayonnaise	
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	Cordon bleu à la volaille		Joue de bœuf		Grillade de porc charcutière		Blanquette de dinde		Poule au pot		Jambon au madère		Paleron de bœuf à la crème d'oseille	
POISSON	Boulettes de poisson		Aile de raie au beurre blanc		Gratin de fruits de mer		Brochette de saumon sauce curry		Filet de colin sauce normande		Mousse de poisson		Filet de cabillaud pané	
FÉCULENT	Pâtes au pesto		Pommes vapeur		Frites		Semoule		Gratin dauphinois		Riz pilaf		Purée de patates douces	
LÉGUME	Ratatouille		Choux de bruxelles		Petits pois au lardons		Tomates provençales		Chou braisé		Bouquetière de légumes		Carottes au jus	
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	Tarte aux pommes		Clémentine		Gâteau au yaourt		Clafoutis aux pruneaux		Entremet vanille		Fondant au chocolat		Tarte aux poires	
	Poire		Salade de fruits		Compote à la banane		Orange		Banane		Ananas		Pamplemousse	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 5 février 2026 ...

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 23/02	CHOIX	MARDI 24/02	CHOIX	MERCREDI 25/02	CHOIX	JEUDI 26/02	CHOIX	VENDREDI 27/02	CHOIX	SAMEDI 28/02	CHOIX	DIMANCHE 01/03	CHOIX
ENTREE	Salade de chou-fleur		Tomate antiboise		Céleri rémoulade		Clafoutis aux courgettes		Tomate mozzarella		Chou rouge vinaigrette		Betterave rouge	
	Quiche au fromage		Muffin au chèvre frais		Talmouse en tricorne		Terrine de campagne		Salade de lentilles		Feuilleté au fromage		Tarte à la tomate	
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	Saucisse de marteau		Boulette d'agneau		Blanquette de veau		Poulet basquaise		Boudin noir aux pommes		Steack haché au poivre		Lasagne de bœuf	
POISSON	Gratin de poisson aux pommes de terre		Paupiette de saumon		Gratin de fruits de mer		Saucisse de poisson		Mousse de poisson sauce crustacés		Filet de daurade sauce au poivre		Filet de lieu aux épices	
FÉCULENT	Pommes boulangères		Coquillettes		Riz à la parisienne		Tagliatelles		Purée de pommes de terre		Gratin de macaronis		Pommes de terre sautées	
LÉGUME	Endives braisées		Mousse de légumes		Carottes persillées		Ratatouille		Haricots verts persillés		Embeurrée de poireaux		Gratin de chou-fleur	
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'abricot		Fruits au sirop		Tarte aux fruits rouges		Éclair au chocolat		Gâteau de semoule		Brownie		Flan vanille	
	Kiwi		Pomme		Clémentine		Banane		Salade de fruits		Compote d'abricots		Pêche au sirop	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 12 février 2026...

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