

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 2/03	CHOIX	MARDI 3/03	CHOIX	MERCREDI 4/03	CHOIX	JEUDI 5/03	CHOIX	VENDREDI 6/03	CHOIX	SAMEDI 7/03	CHOIX	DIMANCHE 8/03	CHOIX
ENTREE	Salade verte thon et œuf dur		Carottes râpées		Macédoine mayonnaise		Taboulé aux légumes		Tomate mozzarella		Wrap saumon fumé		Carottes et chou mayonnaise	
	Tarte à l'oignon		Salade de lentilles		Quiche lorraine		Jambon cru		Tarte au fromage		Assortiment de charcuterie		Salade d'endives	
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 porc à l'oignon		Cordon bleu de poulet		Lapin à la moutarde		Sauté de volaille provençale		Spaghettis bolognaise		Saucisse de toulouse		Mijoté de bœuf	
POISSON	Marmite du pêcheur		Brandade de morue		Filet de lieu sauce aurore		Vol au vent aux fruits de mer		Aile de raie au beurre citronné		Gratin de cabillaud		Quenelle de brochet sauce nantua	
FÉCULENT	Haricots blancs à la tomate		Pommes paillasson		Boulgour		Riz aux poivrons		Spaghettis		Potatoes		Blé à l'italienne	
LÉGUME	Purée de carottes au cumin		Duo de brocolis et choux-fleurs		Haricots verts persillés		Fondant de poireaux au paprika		Champignons à la crème		Petits pois à la française		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	
	Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit	
DESSERT	Tarte normande		Fruits au sirop		Entremet citron		Bavarois chocolat		Chou chantilly		Tarte aux kiwis		Éclair à la vanille	
	Compote de pommes		Banane		Kiwi		Ananas		Compote de poires		Pomme		Poire	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 19 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) :

A GARDER

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

	LUNDI 9/03	CHOIX	MARDI 10/03	CHOIX	MERCREDI 11/03	CHOIX	JEUDI 12/03	CHOIX	VENDREDI 13/03	CHOIX	SAMEDI 14/03	CHOIX	DIMANCHE 15/03	CHOIX
ENTREE	Poireaux vinaigrette		Tomate mozzarella		Betteraves vinaigrette		Duo de carottes et céleri mayonnaise		Salade verte thon et œuf dur		Salade d'endives et noix		Carottes râpées	
	Trio de charcuterie		Salade de pâtes aux petits légumes		Croque monsieur		Oeufs mimosa		Jambon blanc		Tarte aux poireaux		Pâté en croûte	
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	Canard aux poivres verts		Bœuf braisé		Jambon grillé		Navarin d'agneau		Sauté de poulet à la crème		Lapin à la moutarde		Sauté de porc aux olives	
POISSON	Flan de poisson		Nuggets de poisson		Feuilleté au saumon		Gratin de fruits de mer		Saumon provençale		Fish and chips		Crevettes sautées à l'ail	
FÉCULENT	Riz pilaf		Pommes dauphine		Bouलगour		Écrasé de pommes de terre		Riz aux poivrons		Coquillettes		Pommes de terre rôties	
LÉGUME	Navets au jus		Bouquetière de légumes		Carottes vichy		Poêlée forestière		Fondue de poireaux		Purée de choux-fleur et brocoli		Gratin de légumes	
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	Crème caramel		Salade de fruits		Fondant au chocolat		Riz au lait		Pommes au four		Panacotta fruits rouges		Paris-Brest	
	Orange		Compote d'abricots		Pomme		Kiwi		Salade de fruits		Banane		Anannas au sirop	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 27 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 16/03	CHOIX	MARDI 17/03	CHOIX	MERCREDI 18/03	CHOIX	JEUDI 19/03	CHOIX	VENDREDI 20/03	CHOIX	SAMEDI 21/03	CHOIX	DIMANCHE 22/03	CHOIX
ENTREE	Tomate fraîcheur		Céleri rémoulade		Rillettes de porc		Radis beurre		Salade de haricots verts		Chou rouge vinaigrette		Flamiche aux poireaux	
	Muffin au fromage de chèvre		Tarte au fromage		Salade pomme de terre et thon		Quiche lorraine		Tarte fine aux tomates		Cake aux légumes et feta		Feuilleté au fromage	
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	Mijoté de bœuf		Spaghettis bolognaise		Steack haché sauce au bleu		Cordon bleu de poulet		Pièce du boucher grillée		Sauté de volaille provençale		Noix de jambon miel et orange	
POISSON	Poisson meunière		Saumon à l'oseille		Filet de colin sauce crevette		Dos de cabillaud et sa crème d'ail		Lasagne au saumon		Filet de colin dugléré		Filet de lieu aux agrumes	
FÉCULENT	Semoule		Spaghettis		potatoes		Lentilles aux petits légumes		Quinoa		Gratin dauphinois		Riz aux légumes asiatique	
LÉGUME	Carottes persillées		Courgettes poêlées		Petits pois à la française		Choux de bruxelles au lard		Purée de carottes au cumin		Haricots verts persillés		Jardinière 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 au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature	
DESSERT	Tarte aux poires		Fruits au sirop		Éclair à la vanille		Bavarois aux fruits rouges		Tartelette à l'orange		Paris-brest		Crème caramel	
	Orange		Crème Mont Blanc		Compote de poires		Banane		Salade de fruits		Compote de pommes		Pêche au sirop	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 5 mars 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 23/03	CHOIX	MARDI 24/03	CHOIX	MERCREDI 25/03	CHOIX	JEUDI 26/03	CHOIX	VENDREDI 27/03	CHOIX	SAMEDI 28/03	CHOIX	DIMANCHE 29/03	CHOIX
ENTREE	Salade de riz		Salade de pâtes au saumon		Lentilles vinaigrette		Cake au thon et olives		Jambon cru		Pizza savoyarde		Champignons à la grecque	
	Salade oeuf thon fromage râpé		Salade verte aux lardons		Carottes râpées		Salade composée		Céleri rémoulade		Salade d'endives		œufs durs 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	Poulet au citron		Sauté de porc au caramel		Jambon au madère		Magret de canard sauce aigre douce		Bœuf bourguignon		Lapin aux pruneaux		Poulet rôti	
POISSON	Croquettes de poisson		Filet de lieu beurre blanc		Marmite du pêcheur		Gratin de cabillaud		Pavé de merlu grillé toscane		Quenelle sauce nantua		Goujonnettes de poisson pané	
FÉCULENT	Lentilles cuisinées		Riz à la parisienne		Ebly		Pennes au beurre		Quinoa aux petits légumes		Tagliatelles		Purée de pommes de terre	
LÉGUME	Gratin de chou-fleur		petits pois carottes		Chou braisé		Carottes à la crème		Épinards à la crème		Poêlée forestière		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	
	Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt au fruit		Fromage blanc	
DESSERT	Tartelette aux pommes		Fruits au sirop		Chou à la crème		Moelleux au chocolat		Panacotta fruits rouges		Crème brûlée		Ile flotante	
	Poire		Orange		Compote d'abricots		Kiwi		Ananas au sirop		Compote de poires		Pomme	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 12 mars 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 30/03	CHOIX	MARDI 31/03	CHOIX	MERCREDI 01/04	CHOIX	JEUDI 02/04	CHOIX	VENDREDI 03/04	CHOIX	SAMEDI 04/04	CHOIX	DIMANCHE 05/04	CHOIX
ENTREE	Chou et carottes râpées mayonnaise		Betteraves vinaigrette		Salade d'ébly		Oeuf chimay		Cornet à la russe		Poireaux vinaigrette		Tomate fraîcheur	
	Quiche lorraine		Flamiche aux poireaux		Pâté de campagne		Tarte à l'oignon		Salade de haricots vert		Cake au fromage		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	
VIANDE	Rôti de porc sauce moutarde		Sauté de boeuf		Palette de porc à la diable		Lasagnes à la bolognaise		Poulet sauté au chorizo		Paupiette de dinde sauce tomate		Nuggets de poulet	
POISSON	Risotto au saumon et parmesan		Filet de colin sauce crevette		Flan de cabillaud aux épinards		Parmentier de saumon		Blanquette de poisson		Dos de cabillaud à l'espagnole		Pennes au saumon fumé à la crème de citron	
FÉCULENT	Macaronis		Pommes vapeur		Flageolets au jus		Riz aux poivrons		Polenta		Coquillettes		Pommes de terre sautées	
LÉGUME	Haricots verts persillés		Carottes vichy		Tian provençale		Haricots beurre		Ratatouille		Jardinière de légumes		Gratin de chou-fleur et brocolis	
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	Fondant au chocolat		Fruits au sirop		Tarte aux poires		Brownie		Tarte au citron		Bavarois aux fruits rouges		Tarte aux pommes	
	Poire		Compote de pommes		Orange		Banane		Pomme		Compote d'abricots		Kiwi	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 19 mars 2026...

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