

**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 3/02	CHOIX	MARDI 4/02	CHOIX	MERCREDI 5/02	CHOIX	JEUDI 6/02	CHOIX	VENDREDI 7/02	CHOIX	SAMEDI 8/02	CHOIX	DIMANCHE 9/02	CHOIX
ENTREE	Salade d'endives et noix		Salade de pâtes		Tartare de tomates et son oeuf poché		Carottes râpées		Tarte au fromage de chèvre pesto		Concombre à la crème		Céleri rémoulade	
	Taboulé		Poireaux mimosa		Pâté de campagne		Salami		Choux rouges vinaigrette		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 fois de volaille sauce tomate	
POISSON	Filet de colin dugléré		Encornet à la provençale		Croquette 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		Fromage blanc		Yaourt aux fruits		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt aux fruits	
DESSERT	Crème caramel		Tarte aux pommes		Brownie		Milles feuilles aux framboises		Clafouti aux pommes		Bavarois poires chocolat		Tarte tatin	
	Pomme		Compote d'abricots		Pruneaux au vin		Salade de fruits		Banane		Compote de pommes		Poire	

**4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 23 janvier 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 10/02	CHOIX	MARDI 11/02	CHOIX	MERCREDI 12/02	CHOIX	JEUDI 13/02	CHOIX	VENDREDI 14/02	CHOIX	SAMEDI 15/02	CHOIX	DIMANCHE 16/02	CHOIX
ENTREE	Tarte au fromage		Salade de haricots verts		Salade de riz		Salade de pommes de terre et thon		Concombre à la crème		Clafoutis de légumes		betteraves rouges vinaigrette	
	Poireaux vinaigrette		Tarte à l'oignon		Paté croute		Carottes râpées		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		Lasagne de poisson		Encornet farci		Filet de lieu noir grillée		Saumon à l'oseille		Quenelle de brochet sauce nantua		Marmite du pêcheur	
FÉCULENT	Pommes vapeur		Riz cantonais		Boullgour		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	
	Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc	
DESSERT	Flan vanille		Entremet au chocolat		Tarte à la praline		Tarte aux pommes		Éclair au chocolat		Gateau de riz au lait		Tarte au flan	
	Clémentine		Compote de pomme		Poire		Kiwi		Salade de fruits		Pomme		Compote à la banane	

**4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 30 janvier 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 17/02	CHOIX	MARDI 18/02	CHOIX	MERCREDI 19/02	CHOIX	JEUDI 20/02	CHOIX	VENDREDI 21/02	CHOIX	SAMEDI 22/02	CHOIX	DIMANCHE 23/02	CHOIX
ENTREE	Quiche au saumon		Cake au fromage		Salade de lentilles		Cornet à la russe		Salade piémontaise		Flamiche aux poireaux		Tarte à l'oignon	
	Taboulé		Carottes râpées		Rosette		Salade de haricots verts		Poireaux vinaigrette		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		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature	
DESSERT	Tarte aux pommes		Bavarois au chocolat		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	

**4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 6 février 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 24/02	CHOIX	MARDI 25/02	CHOIX	MERCREDI 26/02	CHOIX	JEUDI 27/02	CHOIX	VENDREDI 28/02	CHOIX	SAMEDI 01/03	CHOIX	DIMANCHE 02/03	CHOIX
ENTREE	Quiche au fromage		Muffin au chèvre frais		Talmouse en tricorne		Clafoutis aux courgettes		Salade de lentilles		Feuilleté au fromage		Betterave rouge	
	Salade de chou-fleur		Tomate antiboise		Céleri rémoulade		Terrine de campagne		Tomate mozzarella		Chou rouge vinaigrette		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 morteau		Gâteau de foies de volaille		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	
	Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle	
DESSERT	Tarte à l'abricot		Gâteau de riz au lait		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	

**4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 13 Février 2025**

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