

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...

	IUNDI 31/03	CHOIX	MARDI 1/03	CHOIX	MERCREDI 2/04	CHOIX	JEUDI 3/04	CHOIX	VENDREDI 4/04	CHOIX	SAMEDI 5/04	CHOIX	DIMANCHE 6/04	CHOIX
ENTREE	Chou et carottes râpées mayonnaise		Betteraves vinaigrette		Salade d'ébly		Cake au fromage		Cornet à la russe		Poireaux vinaigrette		Tomate fraîcheur	
	Quiche lorraine		Flamiche aux poireaux		Pâté de campagne		Oeuf chimay		Salade de haricots vert		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	
VIANDE	Rôti de porc sauce moutarde		Sauté de boeuf		Palette de porc à la diable		Lasagne à la bolognaise		Poulet sauté au chorizo		Paupiette de porc sauce tomate		Nuggets de poulet	
POISSON	Risotto au saumon et 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 à la crème de citron	
FÉCULENT	Macaronis		Pommes vapeur		Flageolets au jus		Riz aux poivrons		Polenta		Coquillettes		Pommes de terre sautées	
LÉGUME	Haricots vert 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		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit	
DESSERT	Fondant au chocolat		Tarte au flan		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	

4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 20 mars 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) :

A GARDER

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

	LUNDI 7/04	CHOIX	MARDI 8/04	CHOIX	MERCREDI 9/04	CHOIX	JEUDI 10/04	CHOIX	VENDREDI 11/04	CHOIX	SAMEDI 12/04	CHOIX	DIMANCHE 13/04	CHOIX
ENTREE	Céleri rémoulade		Quiche au saumon		Salade de riz		Tarte aux légumes		Tartare de tomate et son oeuf poché		Tarte au fromage		Concombre à la crème	
	Salade de pâtes		Taboulé		Feuilleté à la saucisse		Poireaux mimosa		Salade de tomate		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	
VIANDE	Poulet à la moutarde		Boeuf 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	
POISSON	Filet de colin		Crevettes sautées		Cabillaud pané sauce au bleu		Filet de lieu normande		Crumble salé au saumon et poireaux		Croquettes de poisson		Pavé de thon poêlé	
FÉCULENT	Riz créole		Spaghettis		Boulgour		Pomme de terre à la lyonnaise		Tagliatelles		Riz madras		Nouilles plates	
LÉGUME	Gratin de poireaux		Endives braisées		Épinards 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 nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc	
DESSERT	Millefeuille aux poires		chou chantilly		Crème caramel		Tarte tatin		Bavarois poires chocolat		Pruneaux au vin		Tarte fine aux pommes	
	Salade de fruits		Compote de poire		Pomme		Poire au vin		Compote à la banane		Kiwi		Banane	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 27 mars 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 14/04	CHOIX	MARDI 15/04	CHOIX	MERCREDI 16/04	CHOIX	JEUDI 17/04	CHOIX	VENDREDI 18/04	CHOIX	SAMEDI 19/04	CHOIX	DIMANCHE 20/04	CHOIX
ENTREE	Salade de pommes de terre et thon		Macédoine mayonnaise		Betteraves vinaigrette		Clafoutis aux légumes		Tarte au fromage		Salade piémontaise		Pâté croûte	
	Carottes râpées		Quiche lorraine		Salade de pâtes et surimi		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	
VIANDE	Blanquette de veau		Poulet rôti		Jarret de porc rôti au miel		Boulettes de viande sauce tomate		Daube de boeuf		Lapin au cidre		Nuggets de poulet	
POISSON	Saumon à l'oseille		Pavé de lieu sauce au beurre		Cabillaud au beurre noisette		Parmentier de poisson		Gratin de poisson à la bordelaise		Pâtes aux crevettes et pesto		Mousse de poisson sauce crustacé	
FÉCULENT	Semoule		Garniture grand-mère		Flageolets à la tomate		Spaghettis		Riz pilaf		Tagliatelles		Pommes paillasson	
LÉGUME	Gratin de courgettes		Chou-fleur persillés		Endives braisées		Ratatouille		Gratin de brocolis		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 au fruit		Faisselle		Yaourt nature		Fromage blanc		Yaourt au fruit		Faisselle		Yaourt nature	
DESSERT	Clafoutis au pruneaux		Entremet chantilly		Fondant au chocolat		Gâteau de riz au lait		Tarte aux poires		Bavarois poires chocolat		Gâteau au yaourt	
	Compote d'abricots		Banane		Ananas		Compote de pomme		Salade de fruits		Pomme		Kiwi	

4) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 3 avril 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 21/04	CHOIX	MARDI 22/04	CHOIX	MERCREDI 23/04	CHOIX	JEUDI 24/04	CHOIX	VENDREDI 25/04	CHOIX	SAMEDI 26/04	CHOIX	DIMANCHE 27/04	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 aux courgettes		Carottes râpées		Quiche au thon		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	
VIANDE	Bœuf bourguignon		Steack haché sauce au poivre		Sauté de porc sauce normande		Civet de lapin à l'ancienne		Hachis parmentier		Sauté de poulet aux champignons		Bœuf carottes	
POISSON	Pavé de lieu noir au curry		Lasagne de saumon		Dos de cabillaud crème d'ail		Tagliatelles au saumon		Boulettes de poisson à la tomate		Marmite du pêcheur		Poisson pané	
FÉCULENT	Coquillettes		Quinoa		Purée de pommes de terre		Nouilles		Boulgour		Riz pilaf		Gratin dauphinois	
LÉGUME	Carottes vichy		Haricots verts persillés		Embeurrée de poireaux		Salsifis au jus		Flan de courge		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	
	Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle	
DESSERT	Paris brest		gâteau au chocolat		Gâteau de semoule		Éclair au chocolat		Gâteau de riz au lait		Tarte fine aux pommes		Beignet au chocolat	
	Pêche au sirop		Orange		Compote d'abricots		Banane		Poire		Kiwi		Pomme	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 10 Avril 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 28/04	CHOIX	MARDI 29/04	CHOIX	MERCREDI 30/04	CHOIX	JEUDI 1er MAI	CHOIX	VENDREDI 2/05	CHOIX	SAMEDI 3/05	CHOIX	DIMANCHE 4/05	CHOIX
ENTREE	Cake au fromage		Carottes râpées		Jambon blanc		Œuf dur mayonnaise		Macédoine de légumes		Pizza royale		Salade de riz	
	Tomate antiboise		Tarte aux légumes		Taboulé		Salade niçoise		Pâté de campagne		Poireaux vinaigrette		Salami	
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 d'agneau au curry		Aiguillettes de poulet à la crème		Chili con carne		Rôti de porc au jus		Bœuf carottes		Poulet marengo		Côte de porc charcutière	
POISSON	Truite aux amandes		Vol au vent de fruits de mer		Parmentier de saumon		Filet de lieu dugléré		Croquette de cabillaud		Crevettes sauce piquante		Pavé de saumon à l'oseille	
FÉCULENT	Pommes de terre sautées		Riz pilaf		Spaghettis		Ebly		Torti		Quinoa		Tagliatelles au pesto	
LÉGUME	Duo de courgettes à la Povençale		Haricots beurre		Champignons à la crème		Gratin de poireaux		Choux de bruxelles		Brocolis au jus		Épinard 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 aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature		Faisselle		Yaourt aux fruits		Fromage blanc		Yaourt nature	
DESSERT	Pudding crème anglaise		Bavarois poires chocolat		Fondant au chocolat		Choux à la crème		Tarte aux pommes		Pêches au sirop		Tarte aux fruits	
	Compote d'abricots		Salade de fruits		Banane		Compote de pommes		Kivi		Gâteau au yaourt		Pomme	

3) Vous transmettez ce document complété à notre livreur au plus tard le jeudi 17 Avril 2025

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