

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 7 mai 2021

SEMAINE

20

| lundi 17 mai 2021 | CHOIX | mardi 18 mai 2021 | CHOIX | mercredi 19 mai 2021 | CHOIX | jeudi 20 mai 2021 | CHOIX | vendredi 21 mai 2021 | CHOIX | samedi 22 mai 2021 | CHOIX | dimanche 23 mai 2021 | CHOIX |
|---|-------|---|-------|--|-------|---|-------|---|-------|--|-------|---|-------|
| Potage | | Potage | | Potage | | Potage | | Potage | | Potage | | Potage | |
| Potage du jour | | Potage du jour | | Potage du jour | | Potage du jour | | Potage du jour | | Potage du jour | | Potage du jour | |
| Choix Entrée | | Choix Entrée | | Choix Entrée | | Choix Entrée | | Choix Entrée | | Choix Entrée | | Choix Entrée | |
| Betteraves rouges persillées | | Riz camarguaise(mais, concomb,carot,surimi) | | Quinoa aux fruits de mer (crevettes moules) | | Salade Coleslaw (Carotte, chou blanc) S/SEL:S/MAYONNAISE | | Champignons frais à la crème d'ail | | Salade verte au surimi et mimosa | | Haricots verts aux olives S/SEL:S/OLIVES | |
| Terrine de poisson crème à l'aneth | | Céleri rave mayonnaise S/SEL:S/MAYO | | Pamplemousse | | Pâtes au pesto rouge et jambon de pays | | Salade de riz, jambon, tomate, mais S/SEL:S/JAMBON | | P.terre strasbourgeoise (saucisses, corni) | | Cake au poulet et petits légumes | |
| Saucisson à l'ail fumé | | Farci poitevin | | Salami | | Mousse de foie | | Pâté de tête | | Terrine de campagne | | Rillettes de thon à l'aneth | |
| Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS MAYONNAISE | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS MAYONNAISE | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS | | Œufs dur mayonnaise SANS SEL: SANS | |
| Choix Plat | | Choix Plat | | Choix Plat | | Choix Plat | | Choix Plat | | Choix Plat | | Choix Plat | |
| Sauté de lapin en persillade | | Escalope de dinde à la crème | | Cuisse de poulet rôti herbes de provence | | Filet de limande à la dièppoise | | Joues de porc au miel de Saint Sauvant DIAB:S/MIEL | | Emincé de dinde à la chinoise S/SEL:S/SAUCE | | "Poisson frais" | |
| Saucisse de Toulouse grillée | | Fricadelle de bœuf à la bière | | Palette de porc à la diable | | Haché de bœuf à la texane | | Tarte mais courgettes fraîches et chèvre | | Foie de veau à l'échalote | | Moussaka de boeuf et sal verte (P.Complet) | |
| Steak haché cuit | | Steak haché cuit | | Steak haché cuit | | Steak haché cuit | | Steak haché cuit | | Steak haché cuit | | Steak haché cuit | |
| Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | | Jambon blanc petit beurre | |
| Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | |
| Petits pois carottes | | Pennes | | Pommes de terre boulangères | | Céréales gourmandes BIO | | Farfalles | | Poêlée de chou fleur | | Epinards à la crème | |
| Poêlée de blettes | | Poêlée de brocolis | | Poêlée de julienne de légumes | | Haricots beurre très fins sautés | | Poêlée d'artichauts à la tomate | | Blé BIO | | Pépinettes | |
| Salade verte | | Salade verte | | Salade verte | | Salade verte | | Salade verte | | Salade verte | | Salade verte | |
| Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | | Choix Légumes | |
| St Paulin | | Emmental | | Pavé frais demi sel | | Bleu | | Edam | | Camembert | | Gouda | |
| Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | | Yaourt nature fermier | |
| Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | | Fromage blanc fermier | |
| Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | | Yaourt fruits fermier | |
| Choix Dessert | | Choix Dessert | | Choix Dessert | | Choix Dessert | | Choix Dessert | | Choix Dessert | | Choix Dessert | |
| Emincés d'abricots aux amandes grillées | | Tarte au citron | | Dés de pêches à la rhubarbe | | Ile flottante | | Fromage blanc fermier coulis de fruits rouges | | Tourteau Fromager de Poitiers | | Entremet chocolat au lait entier fermier | |
| Liégeois chocolat | | Ananas à la noix de coco râpée | | Galette poitevine | | Mandarines au sirop | | Questches aux raisins secs | | Marmelade d'abricots | | Salade de fraises | |
| Compote de pommes | | Compote de pommes | | Compote de pommes | | Compote de pommes | | Compote de pommes | | Compote de pommes | | Compote de pommes | |
| Fruit frais (Kiwi) | | Fruit frais (Orange) | | Fruit frais (Banane) | | Fruit frais (Pomme) | | Fruit frais (Orange) | | Fruit frais (Kiwi) | | Fruit frais (Banane) | |

Cochez votre régime :

NORMAL

Vous avez les choix parmi l'ensemble des propositions

REGIME SANS SEL

Les cases de cette couleur sont déconseillés pour votre régime

REGIME DIABETIQUE

Les cases de cette couleur sont déconseillés pour votre régime

NOM :

PRENOM :



YAKADOM
AIDES & SERVICES AUX PARTICULIERS