

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 26 novembre 2021

SEMAINE

49

lundi 6 décembre 2021	CHOIX	mardi 7 décembre 2021	CHOIX	mercredi 8 décembre 2021	CHOIX	jeudi 9 décembre 2021	CHOIX	vendredi 10 décembre 2021	CHOIX	samedi 11 décembre 2021	CHOIX	dimanche 12 décembre 2021	CHOIX
Potage		Potage		Potage		Potage		Potage		Potage		Potage	
Potage du jour	X	Potage du jour	X	Potage du jour	X	Potage du jour	X	Potage du jour	X	Potage du jour	X	Potage du jour	X
Choix Entrée		Choix Entrée		Choix Entrée		Choix Entrée		Choix Entrée		Choix Entrée		Choix Entrée	
Macédoine mayonnaise		Carottes râpées		Salade de pépinettes, carottes et maïs		Salade de riz au poulet carottes et origan		Betteraves rouges ciboulette		Céleri vinaigrette		Brocolis persillés	
Maquereaux à la moutarde		Salade de quinoa au chorizo aux poivrons		Fond d'artichaut petits légumes et cerfeuil		Salade d'agrumes au surimi et persil		Salade de pommes de terre au thon et aneth		Haricots blancs aux lardons		Cake maison au jambon et olives	
Mortadelle		Farci poitevin		Pâté en croute		Terrine de campagne		Saucisson à l'ail fumé		Mortadelle		Pâté de tête	
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 MAYONNAISE	
Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat	
Coq au vin et petits oignons		Boeuf bourguignon		Cuisse de lapin à la marocaine		Brochette de colin à la diéppoise		Mitonné de porc caramélisé		Paleron de bœuf à la graine de moutarde		"Poisson frais"	
Chipolatas grillées		Rissolette de veau dorée		Haché de bœuf aux olives		Paupiette de dinde à la sauge		Omelette maison aux champignons		Boudin blanc crème d'ail		Grillade de porc sauce au poivre	
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	
Purée de pois cassés maison		Poêlée de chou de bruxelles		Poireaux frais à la crème		Pommes de terre boulangères		Boullgour aux petits légumes		Purée de pommes de terre fraîches		Poêlée de carottes fraîches	
Poêlée de salsifis		Cœur de blé		Semoule bio		Poêlée de chou fleur		Haricots plats sautés		Poêlée de navets frais		Riz basmati	
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	
Brie		Cantal		Pavé frais demi sel		Edam		Tomme Noire		Chèvre fermier		Camembert	
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	
Crème dessert café		Tarte au chocolat		Trio de pamplemousse		Mousse chocolat		Fromage blanc fermier à la confiture		Gâteau basque		Semoule caramélisée au lait entier fermier	
Galette poitevine		Dés de pêches au sirop		Flan vanille nappé caramel		Quetches au sirop		Compote pomme banane		Mirabelles au raisins secs		Emincés d'abricots aux amandes grillées	
Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes	
Fruit frais - orange		Fruit frais - poire		Fruit frais - pomme		Fruit frais - banane		Fruit frais - orange		Fruit frais - poire		Fruit frais - Clémentine	

Cochez votre régime :

NORMAL

REGIME SANS SEL

REGIME DIABETIQUE

Vous avez les choix parmi l'ensemble des propositions

Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime

Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime

NOM :

PRENOM :

