

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 3 décembre 2021

SEMAINE

50

lundi 13 décembre 2021	CHOIX	mardi 14 décembre 2021	CHOIX	mercredi 15 décembre 2021	CHOIX	jeudi 16 décembre 2021	CHOIX	vendredi 17 décembre 2021	CHOIX	samedi 18 décembre 2021	CHOIX	dimanche 19 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	
Poireaux sauce gribiche		Salade de riz au saumon et aneth		Duo chou rouge et blanc vinaigrette origan		Carottes râpées		Chou chinois aux graines de tournesol		Salade de perles au thon et curry		Champignons crus crème de paprika	
Feuilleté à la viande		Terrine de légumes sauce cocktail		Céleri rave mayonnaise		Salade de riz fruits de mer (surimi, crevettes)		Salade de boulgour au jambon maïs et cerfeuil		Chou rouge vinaigrette		Salade de p.terre au poulet, emmental,persil	
Andouille		Chorizo		Saucisson à l'ail nature		Cervelas		Mousse de foie		Pâté en croute		Rillettes de maquereaux citronnée	
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	
Filet de poulet grillé à l'huile d'olive		Cuisse de pintade braisée		Sauté de dinde à l'oseille		Pavé de dorade au curry		Petit salé		Pilons de poulet rôti		"Poisson frais"	
Cœur de jeune bovin charcutière		Saucisse de Toulouse grillée		Jambonneau à la Parisienne		Pâtes carbonara façon végétarien (P.complet)		Quiche maison au poulet, chou kales frais		Moussaka et Salade verte (Plat complet)		Cervelas campagnard	
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	
Pennes		Pois maraichers		Pommes de terre vapeurs		Pâtes de la Fabric d'Alice		Endives fraîches braisées		Poêlée de salsifis		Epinards à la crème	
Poêlée d'artichauts		Poêlée de blettes		Haricots verts extra fins sautés		Poêlée de panais frais		Lentilles		Riz blanc		Blé aux raisins secs	
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	
Emmental		Bleu		Rondelé nature		Cantal		Brie		Tomme blanche		Mimolette	
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	
Poire au vin		Moelleux maison au citron		Dés de pêches au sirop		Entremet vanille au lait entier bris speculoos		Panna cotta au coulis de fruits rouges		Tarte tropézienne		Emincés de pommes fraîches à la cannelle	
Liégeois chocolat		Mandarines aux cranberries		Galette poitevine		Cocktail de fruits au sirop		Ananas à la noix de coco		Dés de poires à la rhubarbe		Crème patissière aux pépites de chocolat	
Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes	
Fruit frais - pomme		Fruit frais - pomme		Fruit frais - orange		Fruit frais - poire		Fruit frais - kiwi		Fruit frais - banane		Fruit frais - Clémentine	

Cochez votre régime :

NORMAL

Vous avez les choix parmi l'ensemble des propositions

REGIME SANS SEL

Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime

REGIME DIABETIQUE

Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime

NOM :

PRENOM :