

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 13 octobre 2023

SEMAINE

43

mercredi 25 octobre 2023	jeudi 26 octobre 2023	vendredi 27 octobre 2023	samedi 28 octobre 2023	dimanche 29 octobre 2023	lundi 30 octobre 2023	mardi 31 octobre 2023
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
Salade du potager (brocolis, œuf dur, vinaigrette)	Chou blanc au persil	Salade verte mimosa et mimolette	Tomate au poulet poêlé et graines de tournesol BIO	Champignons frais au cumin et persil	Haricots verts persillés	Sardines + petit beurre
Salade de penne au thon, maïs et estragon	Pois chiches au chorizo, dés de brebis et huile d'olive aux herbes	Salade Montbéliarde (pommes de terre, saucisses montbéliarde et fines herbes)	Salade de riz aux dés de jambon et petits légumes	Taboulé maison	Soufflé maison aux fromages (bleu et emmental)	Betteraves rouges persillées
Œuf dur	Œuf dur	Œuf dur	Œuf dur	Œuf dur	Œuf dur	Œuf dur
Saucisson sec	Mortadelle	Saucisson à l'ail nature	Rillettes de maquereaux maison à l'aneth	Mousse de foie	Andouille	Pâté de tête
Choix Plat	Choix Plat	Choix Plat	Choix Plat	Choix Plat	Choix Plat	Choix Plat
Blanquette de veau à l'ancienne	Filet de dorade à la vinaigrette tiède	Paleron de bœuf au romarin	Filet de poulet mariné au thym et citron	Aiguillettes de colin au curry	Rôti de porc aux petits oignons	Sauté de lapin au cidre
Boudin blanc de Sommières du Clain grillé aux pommes	Pâtes BIO de la ferme Ecolience à la bolognaise de lentilles (plat complet)	Rissolette de porc dorée au coulis de poivrons	Tourte maison aux poireaux et champignons frais de Bernazay	Sauté de dinde à la mexicaine	Moussaka de bœuf (plat complet)	Haché de bœuf à la coriandre fraîche
Steak haché	Steak haché	Steak haché	Steak haché	Steak haché	Steak haché	Steak haché
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 Légume	Choix Légume	Choix Légume	Choix Légume	Choix Légume	Choix Légume	Choix Légume
Riz blanc	Pâtes BIO de la ferme Ecolience	Petits pois au jus	Purée de pommes de terre fraîches	Céréales gourmandes BIO	Flageolets	Tortis
Poêlée de navets frais	Ratatouille	Haricots plats sautés à l'ail	Poêlée de carottes fraîches	Epinards à la crème	Poêlée de côte de blettes	Poêlée de chou fleur
Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte	Salade verte
Choix laitage	Choix laitage	Choix laitage	Choix laitage	Choix laitage	Choix laitage	Choix laitage
Rondelé aux noix	Edam	Brie	Mimolette	Robich'long BIO	Camembert	Tomme noire
Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier	Yaourt nature fermier
Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier	Yaourt aux fruits fermier
Choix Dessert	Choix Dessert	Choix Dessert	Choix Dessert	Choix Dessert	Choix Dessert	Choix Dessert
Crème brûlée	Fromage blanc fermier de Vicq sur Gartempe à la crème de marrons	Entremet pistache au lait fermier de Vicq sur Gartempe aux vermicelles colorés	Pâtisserie (Strudel maison)	Riz au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe chocolaté	Crème dessert caramel	Pâtisserie (Gâteau basque)
Dés de poires au bigarreaux	Salade de mirabelles	Salade de kiwis frais	Mandarines au sirop	Compote pomme vanille maison	Galette Poitevine	Abricots au sirop
Compote de pommes	Compote de pommes	Compote de pommes	Compote de pommes	Compote de pommes	Compote de pommes	Compote de pommes
Kiwi	Banane	Poire	Orange	Raisins	Kiwi	Poire

Cochez votre régime :

<input type="checkbox"/>	NORMAL	<i>Vous avez les choix parmi l'ensemble des propositions</i>
<input type="checkbox"/>	REGIME SANS SEL	<i>Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime</i>
<input type="checkbox"/>	REGIME DIABETIQUE	<i>Les cases de cette couleur sont déconseillées pour votre régime</i>

NOM :

PRENOM :

