

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 22 septembre 2023

SEMAINE

40

mercredi 4 octobre 2023	CHOIX	jeudi 5 octobre 2023	CHOIX	vendredi 6 octobre 2023	CHOIX	samedi 7 octobre 2023	CHOIX	dimanche 8 octobre 2023	CHOIX	lundi 9 octobre 2023	CHOIX	mardi 10 octobre 2023	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	
Carottes râpées persillées		Céleri rave BIO râpé vinaigrette		Salade fromagère (salade verte et dés d'emmental)		Champignons frais de Bernazay crème fromage ail et fines herbes		Tomates ciboulette		Macédoine mayonnaise		Crêpe aux champignons	
Salade de penne à la Grecque (tomate, concombre, fromage de brebis, origan)		Salade de riz, petits pois, carottes et curry		Salade de pommes de terre à la macédoine et persil		Blé au thon, tomate et aneth		Pois chiches au poulet, poivrons,olive noire et huile de sésame aux herbes		Betteraves rouges persillées		Poireaux vinaigrette	
Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur	
Saucisson sec		Mousse de foie		Rillettes		Pâté de tête		Mortadelle		Cervelas		Farci Poitevin de Sommières du Clair	
Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat	
Paleron de bœuf à la graine de moutarde		Filet de dorade crème d'olives noires		Rôti de dindonneau à l'oseille		Longe de porc rôti à l'estragon		Fish and chips (plat complet)		Sauté de lapin en persillade		Paupiette de veau au jus corsé	
Chipolatas grillées		Haché de bœuf à la marocaine		Pizza maison aux 3 fromages		Omelette maison ciboulette		Pilons de poulet rôtis au paprika		Ventrèches de porc grillées		Tagliatelles à la bolognaise (plat complet)	
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	
Flageolets		Semoule		Riz pilaf		Macaronis		Pommes de terre sautées		Haricots blancs au lard		Tagliatelles	
Haricots beurre très fins sautés		Poêlée d'aubergines fraîches		Gratin de courgettes fraîches maison		Poêlée de fond d'artichauts		Haricots plats sautés		Poêlée de salsifis		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	
Edam		Bleu		Brie		St nectaire		Tomme noire		Cantal		Mimolette	
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	
Entremet praliné au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe		Ile flottante		Crème pâtissière maison à la vanille		Pâtisserie (Eclair au café)		Riz au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe aux raisins secs		Crème dessert chocolat		Pâtisserie (Crumble pomme maison)	
Poire au vin		Ananas au sirop caramélisé		Dés de poires au sirop		Salade de fruit frais (kiwi, banane, ananas)		Cocktail de fruits exotique		Trio de pamplemousse		Compote pomme fraise	
Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes	
Raisins		Poire		Kiwi		Pomme		Banane		Raisins		Poire	

Cochez votre régime :

<input type="checkbox"/>	NORMAL
<input type="checkbox"/>	REGIME SANS SEL
<input type="checkbox"/>	REGIME DIABETIQUE

Vous avez les choix parmi l'ensemble des propositions

Les cases de cette couleur sont déconseillés pour votre régime

Les cases de cette couleur sont déconseillés pour votre régime

NOM :

PRENOM :

