

A remettre à votre livreur au plus tard le

vendredi 19 juillet 2024

SEMAINE

31

mercredi 31 juillet 2024	CHOIX	jeudi 1 août 2024	CHOIX	vendredi 2 août 2024	CHOIX	samedi 3 août 2024	CHOIX	dimanche 4 août 2024	CHOIX	lundi 5 août 2024	CHOIX	mardi 6 août 2024	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	
Pamplemousse + sucre		Tomates mozzarella		Carottes râpées à l'huile de sésame		Quartier de melon		Concombres persillés		Crêpe au fromage		Macédoine mayonnaise	
Salade de pommes de terre boulonnaise (moule, échalote, persil)		Salade de penne à l'italienne (jambon, pesto vert et graines de courge)		Salade de riz (tomate, maïs, olive)		Taboulé maison à la menthe		Quinoa aux aubergines et dés de brebis (ail et basilic)		Salade de pastèque		Haricots verts au maïs	
Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur	
Cervelas		Farci Poitevin de Sommières-du-Clain		Houmous maison		Salami		Rillettes de sardines maison à l'aneth		Chorizo		Terrine de campagne	
Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat	
Jumeau de bœuf braisé au paprika		Poêlée de moules à la crème de curry		Rôti de bœuf froid + mayonnaise		Pizza maison végétarienne aux courgettes fraîches ail et fines herbes		Dos de colin sauce citron		Jambon fumé grillé		Croque monsieur et salade verte (plat complet)	
Filet de poulet grillé aux herbes de provence		Andouillette grillée		Sauté de dinde à l'origan et olives noires		Mixed grill (merguez, chipo, chorizo)		Sphagettis aux légumes du wok (plat complet)		Poêlée de foie de volaille en persillade		Rôti de dindonneau à l'échalote	
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	
Lentilles de Latillé (86)		Pommes de terre rissolées		Tortis HVE		Pois maraîchers à la crème et petits légumes		Spaghettis		Boulgour aux épices		Purée de pois cassés BIO	
Poêlée de carottes fraîches		Poêlée d'aubergines fraîches		Haricots beurre très fins sautés		Poêlée de côtes de blettes et tomates fraîches		Haricots verts extra fins sautés		Poêlée de courgettes fraîches		Poêlée de céleri branche	
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 ail et fines herbes		Edam		Saint Paulin		Mimolette		Saint Nectaire		Brie		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 renversée		Ile flottant caramel		Mousse noix de coco		Pâtisserie (Tarte feuilletée maison aux pêches)		Semoule vanillée au lait entier fermier de Vicq sur Gartempe		Liégeois chocolat		Crêpe au sucre	
Emincé d'abricots aux bigarreaux		Dés de pêches au sirop		Compote pomme nectarine maison		Mirabelles au sirop		Mandarines au sirop		Galette poitevine		Dés de poires au sirop	
Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes	
Pêche		Pomme		Banane		Nectarine		Abricot		Banane		Pomme	

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 :