

A remettre à votre livreur au plus tard le **vendredi 15 novembre 2024**

SEMAINE 48

mercredi 27 novembre 2024	CHOIX	jeudi 28 novembre 2024	CHOIX	vendredi 29 novembre 2024	CHOIX	samedi 30 novembre 2024	CHOIX	dimanche 1 décembre 2024	CHOIX	lundi 2 décembre 2024	CHOIX	mardi 3 décembre 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		Chou blanc vinaigrette		Salade fromagère (mozzarella, fourme d'Ambert)		Salade d'automne (Chou chinois, raisins, dés de brebis, noix et huile de noix au miel)		Carottes râpées à l'aneth		Champignons à la Grecque		Sardines + petit beurre	
Salade de pâtes au poulet, mozzarella et pesto vert		Salade de riz au jambon et petits légumes		Taboulé maison au surimi et estragon		Soufflé maison aux lardons et chataignes		Salade de pommes de terre à la boulonnaise (moules, échalote, persil)		Salade de pâtes, jambon, maïs et persil		Haricots verts persillés	
Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur		Œuf dur	
Saucisson à l'ail fumé		Rillettes		Pâté marmite de Sommières-Du-Clain		Rillettes de sardines maison au citron		Farci Poitevin de Sommières-Du-Clain		Andouille		Cervelas	
Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat		Choix Plat	
Mitonné de bœuf au jus		Steak haché de veau sauce 3 poivres		Parmentier de bœuf maison gratiné et salade verte (plat complet)		Cuisse de pintade aux marrons		Blanquette de poisson au curry		Rissollette de porc sauce tomate		Bœuf bourguignon	
Tarte maison brocolis et fourme d'Ambert et sa salade verte (plat complet)		Aiguillettes de colin sauce aurore		Jambon fumé sauce barbecue maison		Gratin de tortis (HVE) maison au potiron (plat complet)		Chili con carne (plat complet)		Cuisse de poulet aux 5 baies		Chipolatas grillées	
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	
Quinoa aux épices		Purée de pois cassés maison		Flageolets BIO		Tortis HVE		Riz blanc BIO		Pommes de terre boulangères		Blé BIO	
Poêlée de brocolis		Poêlée de carottes fraîches		Haricots verts extra fins sautés		Poêlée de panais frais		Poêlée de salsifis persillés		Endives fraîches braisées		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	
Tomme blanche		Emmental		Robich'long BIO		Mimolette		Morbier		Bleu		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 confiture de fraise		Ile flottante		Pâtisserie (Carrot cake maison)		Panna cotta maison au coulis de fruits jaune		Crème dessert vanille		Tarte aux pommes	
Dés de pêches au sirop		Ananas au sirop		Cocktail de fruits au sirop		Mandarines au sirop		Poire Belle Hélène		Galette Poitevine		Compote pomme fraise	
Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes		Compote de pommes	
Banane		Clémentine		Pomme		Poire		Kiwi		Orange		Banane	

NOM : .....

PRENOM : .....

Cochez votre régime :

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

