

**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	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	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 bœufs, noix et huile de noix au miel)	Soufflé maison aux lardons et châtaignes	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			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	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	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	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	Rissolette 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	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	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	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	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	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	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 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	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	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	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							

**Cochez votre régime :**

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

*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 :** .....

