

id : 69000  
nom : Modèle  
prenom : -

Semaine du Lundi 9 Décembre au Dimanche 15



# VOS CHOIX DE MENUS

Date de livraison :  
19/11/2024

A rendre au livreur au plus tard le **Vendredi 13 Décembre 2024**

Date de début :  
09/12/2024

**Menu du jour :**  
Les plats en premier et en **gras** sont les recommandations de notre diététicienne

**En cas d'oubli :**

Si vous oubliez de cocher une case, nous vous attribuerons automatiquement le plat du jour.

Si vous ne rendez pas la feuille, les repas seront personnalisés : si vous nous avez dit avoir des préférences et des non-goûts, nous vous donnerons des repas correspondants.

**(P) :** Contient du porc

**Comment remplir les cases ?**

- Remplir la case entièrement :

Toute l'équipe vous souhaite un bon appétit.

N'hésitez pas à nous appeler au 09.72.30.32.30 si vous avez besoin.

**Signature client :**

LUNDI 09 DÉCEMBRE	MARDI 10 DÉCEMBRE	MERCREDI 11 DÉCEMBRE
<b>Entrée</b>		
Salade de chou blanc sauce soja et sésame <input type="checkbox"/>	Velouté de courge <input type="checkbox"/>	Salade de harengs et pommes de terre <input type="checkbox"/>
Pâté de campagne et cornichon (P) <input type="checkbox"/>	Tarte aux poireaux <input type="checkbox"/>	Crêpe jambon et fromage (P) <input type="checkbox"/>
Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>	Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>	Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>
Flan de courge <input type="checkbox"/>	Flan de courge <input type="checkbox"/>	Flan de courge <input type="checkbox"/>
Salade de brocolis <input type="checkbox"/>	Salade de brocolis <input type="checkbox"/>	Salade de brocolis <input type="checkbox"/>
Œufs durs sauce tartare <input type="checkbox"/>	Œufs durs sauce tartare <input type="checkbox"/>	Œufs durs sauce tartare <input type="checkbox"/>
Jambon de dinde <input type="checkbox"/>	Jambon de dinde <input type="checkbox"/>	Jambon de dinde <input type="checkbox"/>
<b>Légume</b>		
Haricots beurre glacés <input type="checkbox"/>	Endives braisées <input type="checkbox"/>	Côtes de blettes à l'échalote <input type="checkbox"/>
Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>	Gratin de chou fleur <input type="checkbox"/>	Laitue braisée <input type="checkbox"/>
Epinards à la crème <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>
Purée de courge <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>
Chou fleur aux herbes <input type="checkbox"/>	Purée de courge <input type="checkbox"/>	Purée de courge <input type="checkbox"/>
Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Chou fleur aux herbes <input type="checkbox"/>	Chou fleur aux herbes <input type="checkbox"/>
Haricots beurre persillade <input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>
<b>Féculent</b>		
Coquillettes beurre <input type="checkbox"/>	Pommes de terre Duchesse <input type="checkbox"/>	Quenelles sauce Nantua <input type="checkbox"/>
Polenta <input type="checkbox"/>	Blé aux oignons <input type="checkbox"/>	Farfalles à l'huile d'olive <input type="checkbox"/>
Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>	Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>	Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>
Riz persillade <input type="checkbox"/>	Riz persillade <input type="checkbox"/>	Riz persillade <input type="checkbox"/>
Blé aux petits légumes <input type="checkbox"/>	Blé aux petits légumes <input type="checkbox"/>	Blé aux petits légumes <input type="checkbox"/>
Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>	Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>	Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>
<b>Protéine</b>		
Sauté de bœuf façon Goulash <input type="checkbox"/>	Dos de colin aux agrumes et curcuma <input type="checkbox"/>	Quenelles sauce Nantua <input type="checkbox"/>
Viande hachée de bœuf façon Goulash <input type="checkbox"/>	Omelette à la tomate <input type="checkbox"/>	Boulettes de bœuf sauce tomate <input type="checkbox"/>
Pavé de poisson blanc à la bordelaise <input type="checkbox"/>	Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>	Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>
Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>	Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>	Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>
Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>	Poisson du Chef au citron <input type="checkbox"/>	Poisson du Chef au citron <input type="checkbox"/>
Poisson du Chef au citron <input type="checkbox"/>	Jambon rôti au thym (P) <input type="checkbox"/>	Jambon rôti au thym (P) <input type="checkbox"/>
<b>Laitage</b>		
Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Yaourt sucré <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>
fromage blanc <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>	yaourt aux fruits <input type="checkbox"/>
yaourt aux fruits <input type="checkbox"/>	yaourt aux fruits <input type="checkbox"/>	Yaourt nature <input type="checkbox"/>
<b>Dessert</b>		
Compote <input type="checkbox"/>	Entremet <input type="checkbox"/>	Pâtisserie <input type="checkbox"/>
Entremet <input type="checkbox"/>	Compote <input type="checkbox"/>	Compote <input type="checkbox"/>
Fruit <input type="checkbox"/>	Fruit <input type="checkbox"/>	Entremet <input type="checkbox"/>

# VOS CHOIX DE MENUS

JEUDI 12 DÉCEMBRE	VENDREDI 13	SAMEDI 14 DÉCEMBRE	DIMANCHE 15 DÉCEMBRE
<b>Entrée</b>			
Salade de haricots rouges thon maïs et oignons rouges <input type="checkbox"/>	Macédoine de légumes vinaigrette à l'ail <input type="checkbox"/>	Salade d'endives aux noix & dés de Bleu <input type="checkbox"/>	Salade de céleri rave sauce tartare <input type="checkbox"/>
Flan de légumes <input type="checkbox"/>	Betteraves persil & fines herbes <input type="checkbox"/>	Cœurs de palmier vinaigrette <input type="checkbox"/>	Salade verte aux olives noires <input type="checkbox"/>
Flan de courge <input type="checkbox"/>	Flan de courge <input type="checkbox"/>	Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>	Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>
Salade de brocolis <input type="checkbox"/>	Salade de brocolis <input type="checkbox"/>	Flan de courge <input type="checkbox"/>	Flan de courge <input type="checkbox"/>
Jambon de dinde <input type="checkbox"/>	Jambon de dinde <input type="checkbox"/>	Salade de brocolis <input type="checkbox"/>	Salade de brocolis <input type="checkbox"/>
Salsifis en salade à l'huile d'olive <input type="checkbox"/>	Salsifis en salade à l'huile d'olive <input type="checkbox"/>	Œufs durs sauce tartare <input type="checkbox"/>	Œufs durs sauce tartare <input type="checkbox"/>
Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>	Tarte à l'oignon <input type="checkbox"/>	Jambon de dinde <input type="checkbox"/>	Jambon de dinde <input type="checkbox"/>
<b>Légume</b>			
Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Butternut rôtie <input type="checkbox"/>	Haricots verts à l'ail <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>
Sauté champignons <input type="checkbox"/>	Cardons glacés <input type="checkbox"/>	Céleri branche sauce tomate <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>
Purée de courge <input type="checkbox"/>	Purée de courge <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>
Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>
Haricots beurre persillade <input type="checkbox"/>	Haricots beurre persillade <input type="checkbox"/>	Purée de courge <input type="checkbox"/>	Purée de courge <input type="checkbox"/>
Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>	Purée aux trois légumes <input type="checkbox"/>	Chou fleur aux herbes <input type="checkbox"/>	Chou fleur aux herbes <input type="checkbox"/>
Epinards à la crème <input type="checkbox"/>	Epinards à la crème <input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>	Fondue de poireaux <input type="checkbox"/>
<b>Féculent</b>			
Riz créole <input type="checkbox"/>	Brandade de poisson <input type="checkbox"/>	Pennes rigate <input type="checkbox"/>	Riz pilaf <input type="checkbox"/>
Gnocchis beurre <input type="checkbox"/>	Semoule aux raisins secs <input type="checkbox"/>	Lentilles aux oignons <input type="checkbox"/>	Flageolets aux petits légumes <input type="checkbox"/>
Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>	Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>	Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Riz persillade <input type="checkbox"/>	Riz persillade <input type="checkbox"/>	Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>	Purée de Pommes de terre <input type="checkbox"/>
Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>	Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>	Riz persillade <input type="checkbox"/>	Riz persillade <input type="checkbox"/>
Lentilles aux oignons <input type="checkbox"/>	Lentilles aux oignons <input type="checkbox"/>	Blé aux petits légumes <input type="checkbox"/>	Blé aux petits légumes <input type="checkbox"/>
Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Pâtes crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>	Rösti de pommes de terre <input type="checkbox"/>
<b>Protéine</b>			
Sauté de volaille à l'Aneth <input type="checkbox"/>	Brandade de poisson <input type="checkbox"/>	Jambon Braisé sauce à l'échalote (P) <input type="checkbox"/>	Sauté de veau crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Viande hachée de dinde à l'Aneth <input type="checkbox"/>	Œufs brouillés à la française (P) <input type="checkbox"/>	Viande hachée de porc sauce à l'échalote (P) <input type="checkbox"/>	Viande hachée de veau crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Dos de colin sauce soja <input type="checkbox"/>	Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>	Filet d'églefin sauce citron coriandre <input type="checkbox"/>	Dos de colin au curry doux <input type="checkbox"/>
Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>	Dos de colin à l'Aneth <input type="checkbox"/>	Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>	Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>
Dos de colin à l'Aneth <input type="checkbox"/>	Omelette à l'emmental <input type="checkbox"/>	Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>
Omelette à l'emmental <input type="checkbox"/>	Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>	Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>	Filet de volaille sauce tomate <input type="checkbox"/>
Normandin de veau au jus brun <input type="checkbox"/>	Filet de merlu crème aux champignons <input type="checkbox"/>	Poisson du Chef au citron <input type="checkbox"/>	Poisson du Chef au citron <input type="checkbox"/>
<b>Laitage</b>			
Yaourt sucré <input type="checkbox"/>	Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Yaourt sucré <input type="checkbox"/>
Yaourt nature <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>
fromage blanc <input type="checkbox"/>	fromage blanc <input type="checkbox"/>	yaourt aux fruits <input type="checkbox"/>	yaourt aux fruits <input type="checkbox"/>
<b>Dessert</b>			
Fruit <input type="checkbox"/>	Compote <input type="checkbox"/>	Fruit <input type="checkbox"/>	Pâtisserie <input type="checkbox"/>
Compote <input type="checkbox"/>	Fruit <input type="checkbox"/>	Compote <input type="checkbox"/>	Compote <input type="checkbox"/>
Compote <input type="checkbox"/>	Fruit <input type="checkbox"/>	Entremet <input type="checkbox"/>	Entremet <input type="checkbox"/>