



Nom : .....

☎ 04 68 05 22 22

Prénom : .....

**PLAT COMPLET = tout inclus, pas besoin de choisir l'accompagnement.**

Signature : .....

**A Table... C'est prêt !**  
**Du lundi 2 décembre 2024 Au dimanche 8 décembre 2024**

Merci de remettre ce document avec vos choix, à votre livreur, au plus tard le **VENDREDI 15 NOVEMBRE** au matin.

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**

**DIMANCHE**

<b>PAIN Déjeunette 125g 0,80€</b>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>	PAIN <input type="checkbox"/>
<b>PAIN DE MIE (22 tranches) 3,10€</b>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>	PAIN DE MIE <input type="checkbox"/>
<b>Coffret Petit-Déjeuner (8 éléments) 3,60€</b>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>	CAFÉ <input type="checkbox"/> CHOCOLAT <input type="checkbox"/>
<b>FORMULE REPAS 11,10€</b>	Soupe du Marché (navet, oignon, carotte, lentilles, pdt) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Coupelle de pâté de volaille <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade verte <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Velouté de tomates <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Coupelle de pâté de volaille <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Potage Fermier (choux de Bruxelles, carottes, oignons, pdt) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade verte <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Crème de champignons <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade verte <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Coupelle de pâté de volaille <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade verte <input type="checkbox"/> Yaourt nature <input type="checkbox"/>
<b>1 COMPOSANTE AU CHOIX OFFERTE</b>							
<b>1 ENTRÉE AU CHOIX</b>	Saucisson à l'ail <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Macédoine de légumes <input type="checkbox"/>	Haricots verts vinaigrette <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade Parmentière <input type="checkbox"/>	Samossa aux légumes <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Salade de fonds d'artichauts sauce tartare <input type="checkbox"/>	Salade coleslaw <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Boulgour à l'oriental <input type="checkbox"/>	Salade verte <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Sardine à l'huile, citron <input type="checkbox"/>	Feuilleté charcutier <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Endives fraîches sauce mousseline <input type="checkbox"/>	Boudin noir Catalan <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Risonis BIO à la Mexicaine <input type="checkbox"/>
<b>1 PLAT PRINCIPAL AU CHOIX</b>	Tajine de boulettes d'agneau aux raisins secs <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Poisson pané plein filet <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Roulé à l'emmental maison <input type="checkbox"/>	Fondant de poulet façon Osso Bucco <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Dos de lieu sauce béarnaise <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Omelette maison <input type="checkbox"/>	Roulade de veau farcie sauce aux fines herbes <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Emincé de langue de bœuf sauce charcutière <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Crousti fromage <input type="checkbox"/>	Saucisse braisée <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Pavé de hoki sauce Aurore <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Pépites végétales <input type="checkbox"/>	Civet de seiches au Banyuls <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Steak haché au jus <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Galette haricot azuki quinoa sauce citron <input type="checkbox"/>	<b>Pot au feu (PLAT COMPLET)</b> <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Ficelle Picarde (crêpe roulée garnie de jambon, emmental, champignons, mozza) <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Croq veggie <input type="checkbox"/>	Filet mignon de porc sauce au Porto <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Dos de colin sauce citron <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Tortilla <input type="checkbox"/>
<b>1 ACCOMPAGNEMENT AU CHOIX</b>	Semoule <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Chou fleur persillé <input type="checkbox"/>	Pâtes BIO <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Carottes au curry <input type="checkbox"/>	Mousseline de brocolis BIO <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Pommes de terre persillées <input type="checkbox"/>	Mijoté de flageolets <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Côtes de blettes en béchamel <input type="checkbox"/>	Riz pilaf <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Cœurs de céleri aux aromates <input type="checkbox"/>	Mijoté de pois chiches <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Endives braisées <input type="checkbox"/>	Gratin dauphinois <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Poêlée de champignons <input type="checkbox"/>
<b>FROMAGE ET DESSERT</b>	Bûchette de vache chèvre à la coupe <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Fruit de saison <input type="checkbox"/>	Mimolette à la coupe <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Ananas au sirop léger <input type="checkbox"/>	Brie <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Flan vanille nappé caramel <input type="checkbox"/>	Cœur de dame <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Cimelaït nature <input type="checkbox"/>	Cantal jeune AOP <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Eclair chocolat <input type="checkbox"/>	Emmental à la coupe <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Fruit de saison <input type="checkbox"/>	Saint Nectaire AOP <input type="checkbox"/> <b>ou</b> Entremet crème Catalane <input type="checkbox"/>
<b>POTAGE EN SUPPLÉMENT 1,50€</b>	Soupe du Marché (navet, oignon, carotte, lentilles, pdt) <input type="checkbox"/>	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) <input type="checkbox"/>	Velouté de tomates <input type="checkbox"/>	Potage Fermier (choux de Bruxelles, carottes, oignons, pdt) <input type="checkbox"/>	Crème de champignons <input type="checkbox"/>	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) <input type="checkbox"/>	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) <input type="checkbox"/>
<b>COLLATION EN SUPPLÉMENT 1,50€</b>	Chou-fleur persillé <input type="checkbox"/>	Purée <input type="checkbox"/>	Jambon blanc Supérieur <input type="checkbox"/>	Haricots beurre en persillade <input type="checkbox"/>	Jeunes carottes aux aromates <input type="checkbox"/>	Purée <input type="checkbox"/>	Poêlée de champignons <input type="checkbox"/>
<b>PLAT EN SUPPLÉMENT 4€</b>	Roulé à l'emmental maison et Salade verte <input type="checkbox"/>	Omelette maison et Carottes au curry <input type="checkbox"/>	Emincé de langue de bœuf sauce charcutière et Pommes de terre persillées <input type="checkbox"/>	Poisson meunière et Côtes de blettes en béchamel <input type="checkbox"/>	Jambon blanc Supérieur et Pâtes BIO au cheddar <input type="checkbox"/>	Ficelle Picarde et Salade verte <input type="checkbox"/>	Dos de colin sauce citron et Poêlée de champignons <input type="checkbox"/>



la suggestion Equilibre de notre service Diététique

Menus établis sous réserve des contraintes d'approvisionnement



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Fait maison



Viandes de France ou UE



Produit en Occitanie