



Nom :

Prénom :



04 68 05 22 22

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

A Table... C'est prêt !

Du lundi 3 novembre 2025 Au dimanche 9 novembre 2025

Merci de remettre ce document avec vos choix, à votre livreur,
au plus tard le **VENDREDI 17 OCTOBRE** au matin.

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

PAIN Déjeunette 125g	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐
PAIN DE MIE (22 tranches)	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐	PAIN DE MIE ☐
Coffret Petit-Déjeuner (8 éléments)	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐	CAFÉ ☐
	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐	CHOCOLAT ☐
FORMULE REPAS 1 COMPOSANTE AU CHOIX OFFERTE + 1 ENTRÉE AU CHOIX + 1 PLAT PRINCIPAL AU CHOIX PLAT COMPLET = tout inclus, pas besoin de choisir l'accompagnement. + 1 ACCOMPAGNEMENT AU CHOIX + 1 FROMAGE OU LAITAGE AU CHOIX + 1 DESSERT AU CHOIX	Soupe de légumes (poireaux, carottes, céleri rave, chou fleur, pdt) ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Crème de champignons ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Velouté de tomates ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Potage Cultivateur (carottes, oignons, pdt) ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) ☐ ou Coupelle de pâte de volaille ☐
	Blé à la Catalane ☐ ou Carn de Parol ☐	Blancs de poireaux vinaigrette ☐ ou Rillettes de maquereaux à la moutarde ☐	Pâté de campagne ☐ ou Feuilleté au fromage ☐	Œufs durs sauce cocktail ☐ ou Pois chiches à l'aïoli ☐	Rosette ☐ ou Concombres en salade ☐	Champignons à la Grecque ☐ ou Tarte chèvre tomate basilic ☐	Jambon Tirabuxo de la maison Guasch, beurre ☐ ou Salade Piémontaise ☐
	Steak haché façon Bouchère GUASCH sauce béarnaise ☐ ou Parmentier de la mer (PLAT COMPLET) ☐ ou Ravioles BIO aux légumes (PLAT COMPLET) ☐	Saucisse aux lentilles (PLAT COMPLET) ☐ ou Cœur de merlu sauce basilic ☐ ou Tarte 3 fromages ☐	Pâtes BIO bolognaise (PLAT COMPLET) ☐ ou Quenelle de volaille florentine (PLAT COMPLET) ☐ ou Croc veggie ☐	Echine de porc sauce moutarde à l'ancienne ☐ ou Aiguillettes de poulet panées ☐ ou Crousti fromage ☐	Aile de raie sauce aux câpres ☐ ou Croque monsieur maison ☐ ou Samossas aux légumes ☐	Sauté de veau sauce Normande ☐ ou Bouchée à la Niçoise ☐ ou Omelette maison ☐	Suprême de poulet façon coq au vin ☐ ou Dos de lieu sauce beurre blanc ☐ ou Nuggets de blé ☐
	Chou fleur persillé ☐ ou Purée ☐	Semoule ☐ ou Brocolis aux aromates ☐	Pâtes BIO ☐ ou Epinards braisés ☐	Petits pois carottes ☐ ou Pommes de terre vapeur ☐	Riz pilaf ☐ ou Poireaux braisés ☐	Pâtes BIO ☐ ou Choux de Bruxelles braisés ☐	Pommes de terre fondantes ☐ ou Navets persillés ☐
	Fromage à la coupe ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage à la coupe ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage à la coupe ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage ☐ ou Yaourt nature ☐	Fromage à la coupe ☐ ou Yaourt nature ☐
	Fruit de saison ☐ ou Compote BIO ☐	Beignet au chocolat ☐ ou Compote BIO ☐	Cimelait nature ☐ ou Compote BIO ☐	Fruit de saison ☐ ou Compote BIO ☐	Liégeois vanille ☐ ou Compote BIO ☐	Fruit de saison ☐ ou Compote BIO ☐	Tarte aux poires Bourdaloue ☐ ou Compote BIO ☐
POTAGE EN SUPPLÉMENT	Soupe de légumes (poireaux, carottes, céleri rave, chou fleur, pdt) ☐	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) ☐	Crème de champignons ☐	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) ☐	Velouté de tomates ☐	Potage Cultivateur (carottes, oignons, pdt) ☐	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) ☐
COLLATION EN SUPPLÉMENT	Fondue d'endives ☐	Brocolis aux aromates ☐	Epinards braisés ☐	Haricots beurre aux aromates ☐	Ratatouille ☐	Purée ☐	Jambon blanc Supérieur ☐
PLAT EN SUPPLÉMENT	Parmentier de la mer (PLAT COMPLET) ☐	Tarte 3 fromages et Brocolis aux aromates ☐	Quenelle de volaille florentine ☐	Aiguillettes de poulet panées et Haricots beurre aux aromates ☐	Croque monsieur maison et Salade verte ☐	Omelette maison et Choux de Bruxelles braisés ☐	Dos de lieu sauce beurre blanc et Navets persillés ☐



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