



Nom :

Prénom :



04 68 05 22 22

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

A Table... C'est prêt !

Du lundi 8 décembre 2025 Au dimanche 14 décembre 2025

Merci de remettre ce document avec vos choix, à votre livreur,
au plus tard le **VENDREDI 21 NOVEMBRE** 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 du Marché (navet, oignon, carotte, lentilles, pdt) ou Coupelle de pâté de volaille	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) ou Coupelle de pâté de volaille	Velouté de tomates ou Coupelle de pâté de volaille	Potage Fermier (choux de Bruxelles, carottes, oignons, pdt) ou Coupelle de pâté de volaille	Crème de champignons ou Coupelle de pâté de volaille	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) ou Coupelle de pâté de volaille	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) ou Coupelle de pâté de volaille
	Saucisson à l'ail ou Macédoine de légumes	Haricots verts vinaigrette ou Salade Parmentière	Samossa aux légumes ou Salade de fonds d'artichauts sauce tartare	Salade coleslaw ou Bouलगूर à l'oriental	Salade verte ou Sardine à l'huile, citron	Feuilleté charcutier ou Endives fraîches sauce mousseline	Boudin noir Catalan ou Pâtes BIO à la Mexicaine
	Tajine de boulettes d'agneau aux raisins secs ou Poisson pané plein filet ou Roulé à l'emmental maison	Fondant de poulet façon Osso Bucco ou Dos de lieu sauce béarnaise ou Tortilla sauce piperade	Roulade de veau farcie sauce aux fines herbes ou Emincé de langue de bœuf sauce charcutière ou Crousti fromage	Saucisse braisée ou Pavé de hoki sauce Aurore ou Nuggets de blé	Civet de seiches au Banyuls ou Steak haché façon Bouchère GUASCH au jus ou Galette boulgour lentilles corail sauce beurre blanc	Pot au feu (PLAT COMPLET) ou Gratin de pâtes BIO au Jambon blanc Supérieur (PLAT COMPLET) ou Tortellinis ricotta épinards sauce crème (PLAT COMPLET)	Cœurs de canard au vin rouge ou Dos de colin sauce citron ou Steak végétal au jus
	Semoule ou Chou fleur persillé	Pâtes BIO ou Ecrasé de carottes	Mousseline de brocolis BIO ou Pommes de terre persillées	Mijoté de flageolets ou Côtes de blettes en béchamel	Riz pilaf ou Garniture de céleri aux aromates		Gratin dauphinois ou Poêlée de champignons
	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	Ananas au sirop léger ou Compote BIO	Flan vanille nappé caramel ou Compote BIO	Cimelait nature ou Compote BIO	Crêpe à la confiture BIO du Val de Sournia ou Compote BIO	Fruit de saison ou Compote BIO	Entremet crème Catalane ou Compote BIO
POTAGE EN SUPPLÉMENT	Soupe du Marché (navet, oignon, carotte, lentilles, pdt)	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt)	Velouté de tomates	Potage Fermier (choux de Bruxelles, carottes, oignons, pdt)	Crème de champignons	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet)	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt)
COLLATION EN SUPPLÉMENT	Chou-fleur persillé	Purée	Jambon blanc Supérieur	Haricots beurre en persillade	Carottes aux aromates	Purée	Poêlée de champignons
PLAT EN SUPPLÉMENT	Roulé à l'emmental maison et Salade verte	Tortilla sauce piperade et Ecrasé de carottes	Emincé de langue de bœuf sauce charcutière et Pommes de terre persillées	Poisson meunière et Côtes de blettes en béchamel	Boules de bœuf au jus et Pâtes BIO	Tortellinis ricotta épinards sauce crème	Dos de colin sauce citron et Poêlée de champignons



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