



Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
avoir la carte et les secteurs concernés



## MENU PAUVRE EN SEL

|       |   | FORMULES MIDI   |  | AUTRES FORMULES  |  | SUPPLEMENTS FORMULES        |                                 |
|-------|---|---|--|--|--|-----------------------------|---------------------------------|
|       |   | MENU A 9,50€  | MENU B 9,50  | MENU C (Livré en complément du midi) 5,80€ □<br>MENU C livré seul 7,95€ □                        | MENU C - LEGER (Livré en complément du midi uniquement) 5,55€                  | SUPPLEMENTS 0,60€           |                                 |
| LUNDI | 1 | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Escalope de porc au jus<br>Coquillettes<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue   | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Yaourt nature<br>Flan nappé caramel | Potage poireaux p. de terre<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Liégeois café | Carottes râpées ciboulette<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>*** | Potage poireaux p. de terre | Riz au lait à la vanille        |
|       | 2 | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Parmentier de bœuf au potiron (PC)<br>***<br>Cotentin<br>Crêpe de la Chandeleur au caramel     | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière<br>Cotentin<br>Crème pâtissière au rhum                         | Potage de légumes<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière<br>Crème pâtissière au rhum           | Chou rouge vinaigrette<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière                | Potage de légumes           | Bouillie de froment au chocolat |
|       | 3 | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Emincé de dinde à la crème<br>Poêlée de légumes<br>Fromage frais nature<br>Semoule au lait aux raisins | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés<br>Fromage frais nature<br>Semoule au lait aux raisins    | Crème soubise<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés<br>Ananas au sirop          | Betteraves à l'ail<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés      | Crème soubise               | Fromage blanc aux fruits        |
|       | 4 | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Rôti de porc au jus<br>Lentilles cuisinées<br>Yaourt aromatisé<br>Pomme du Verger              | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Omelette s/ sel<br>Julienne de légumes forestière<br>Yaourt aromatisé<br>Pomme du Verger              | Potage de légumes<br>Omelette s/ sel<br>Julienne de légumes forestière<br>Entremets praliné      | Chou-fleur vinaigrette<br>Omelette s/ sel<br>Julienne de légumes forestière    | Potage de légumes           | Faisselle                       |

|               |                              |                              |                            |                              |                                      |
|---------------|------------------------------|------------------------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------------|
| 5<br>VENDREDI | Velouté de champignons       | Velouté de champignons       | Velouté de champignons     | Salade antillaise            | Velouté de champignons               |
|               | Salade antillaise            | Salade antillaise            | Haché de veau au jus       | Haché de veau au jus         |                                      |
|               | Filet de colin sauce citron  | Haché de veau au jus         | Purée de p. de terre       | Purée de p. de terre         | Flan nappé caramel                   |
|               | Haricots beurre au curcuma   | Haricots beurre au curcuma   |                            |                              |                                      |
|               | Emmental                     | Emmental                     | Poire                      |                              |                                      |
| 6<br>SAMEDI   | Potage de légumes            | Potage de légumes            | Potage de légumes          | Salade de p. de terre océane | Potage de légumes                    |
|               | Salade de p. de terre océane | Salade de p. de terre océane | Risotto de volaille (PC)   | Risotto de volaille (PC)     |                                      |
|               | Sauté de porc au jus         | Risotto de volaille (PC)     | ***                        | ***                          | Tapioca au lait à la fleur d'oranger |
|               | Chou-feur béchamel           | ***                          |                            |                              |                                      |
|               | Yaourt nature                | Yaourt nature                | Purée pomme 4 épices       |                              |                                      |
| 7<br>DIMANCHE | Clémentines                  | Purée pomme 4 épices         |                            |                              |                                      |
|               | Velouté Saint Germain        | Velouté Saint Germain        | Velouté Saint Germain      | Haricots verts échalote      | Velouté Saint Germain                |
|               | Haricots verts échalote      | Haricots verts échalote      | Filet de lieu sauce nantua | Filet de lieu sauce nantua   |                                      |
|               | Langue de bœuf sauce madère  | Filet de lieu sauce nantua   | Pâtes papillons            | Pâtes papillons              | Fromage blanc vanille                |
|               | Carottes et navets           | Pâtes papillons              | Yaourt aromatisé           |                              |                                      |

**MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)**


**Hors d'oeuvres :** Velouté de potiron aux éclats de marron  Mousse de canard et son chutney de figues

**Plats :** Rillettes de saumon à la ciboulette  Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais potimarron   
Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois   
Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée

**Fromages :** Assiette de 2 fromages  Fromage blanc aux fines herbes

**Desserts :** Crumble aux poires et son caramel fondant  Moelleux au chocolat et sa crème anglaise   
Délice de marrons spéculos

*Faites-vous plaisir avec notre gamme traiteur*



#### LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs  
Salade tricolore: pâtes tricolores, olives, poivrons  
Salade antillaise: riz, ananas, poivrons

Les viandes de boeuf et les volailles sont d'origine française

PC : Plat complet / PF : Plat Froid

Fruit indiqué sur le menu servi selon sa disponibilité d'approvisionnement





Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
avoir la carte et les secteurs concernés



## PAUVRE EN SUCRE LIMITE EN GRAISSE

|       |   | FORMULES MIDI   |   | AUTRES FORMULES   |   | SUPPLEMENTS FORMULES  |
|-------|---|---|---|---|---|---|
|       |   | MENU A 9,50€  | MENU B 9,50€  | MENU C (Livré en complément du midi )<br>5,80€ ☐<br>MENU C livré seul 7,95€ ☐                                   | MENU C - LEGER (Livré en complément<br>du midi uniquement) 5,55€                | SUPPLEMENTS 0,60€   |
| LUNDI | 1 | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Echine de porc sauce moutarde<br>Coquillettes<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue                   | Potage poireaux p. de terre<br>Taboulé<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Mimolette<br>Purée pomme mangue         | Potage poireaux p. de terre<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Riz au lait vanille s/ sucre | Carottes râpées ciboulette<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***  | Potage poireaux p. de terre<br>Riz au lait à la vanille s/sucre |
|       | 2 | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Parmentier de bœuf au potiron (PC)<br>***<br>Petit fromage frais ail et fines herbes<br>Bouillie de froment au cacao | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Jambon blanc<br>Petits pois fermière<br>Coulommiers<br>Bouillie de froment au cacao    | Potage de légumes<br>Jambon blanc<br>Petits pois fermière<br>Crème pâtissière au rhum s/ sucre                  | Chou rouge vinaigrette<br>Jambon blanc<br>Petits pois fermière                  | Potage de légumes<br>Bouillie de froment au cacao s/sucre       |
|       | 3 | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Emincé de dinde à la crème<br>Poêlée de légumes<br>Fondu président<br>Semoule au lait s/ sucre                               | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Clafoutis aux carottes cumin emmental<br>Epinards braisés<br>Gouda<br>Semoule au lait s/ sucre | Crème soubise<br>Clafoutis aux carottes cumin emmental<br>Epinards braisés<br>Kiwi                              | Betteraves à l'ail<br>Clafoutis aux carottes cumin emmental<br>Epinards braisés | Crème soubise<br>Fromage blanc nature                           |
|       | 4 | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Saucisse de Toulouse<br>Lentilles cuisinées<br>Yaourt nature<br>Pomme du Verger                                      | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Tarte au fromage<br>Salade verte en chiffonnade<br>Brie<br>Pomme du Verger             | Potage de légumes<br>Tarte au fromage<br>Salade verte en chiffonnade<br>Entremets vanille s/ sucre              | Chou-fleur vinaigrette<br>Tarte au fromage<br>Salade verte en chiffonnade       | Potage de légumes<br>Faisselle                                  |

|               |  |  |   |  |  |
|---------------|--|--|---|--|--|
| 5<br>VENDREDI | Velouté de champignons<br>Salade antillaise<br>Colin meunière<br>Haricots beurre au curcuma<br>Edam<br>Fromage blanc à la myrtille s/sucre | Velouté de champignons<br>Salade coleslaw<br>Poulet sauce à l'estragon<br>Purée de p. de terre<br>Fraidou<br>Fromage blanc à la myrtille s/sucre             | Velouté de champignons<br>Raviolis de bœuf sauce tomate (PC) ***<br><br>Poire   | Salade antillaise<br>Raviolis de bœuf sauce tomate (PC) ***  | Velouté de champignons<br><br>Floraline à la vanille s/sucre   |
|               | 6<br>SAMEDI  | Potage de légumes<br>Salade de p. de terre océane<br>Chou-fleur à la parisienne (PC) ***<br><br>Pavé demi-sel<br>Clémentines                                 | Potage de légumes<br>Macédoine de légumes mayonnaise<br>Saumonette sauce armoricaine<br>Polenta crémeuse<br>Tomme noire<br>Clémentines                      | Potage de légumes<br>Risotto de volaille (PC) ***<br><br>Purée pomme 4 épices                        | Salade de p. de terre océane<br><br>Risotto de volaille (PC) ***<br><br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger s/sucre |
|               | 7<br>DIMANCHE  | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts échalote<br>Langue de bœuf sauce madère<br>Carottes et navets<br>Rondelé aux noix<br>Moelleux poire cannelle s/sucre | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts échalote<br>Cuisse de canette à l'orange<br>Carottes et navets<br>Carré fromager<br>Moelleux poire cannelle s/sucre | Velouté Saint Germain<br>Crêpe aux fruits de mer<br>Salade verte en chiffonnade<br><br>Yaourt nature | Haricots verts échalote<br>Crêpe aux fruits de mer<br>Salade verte en chiffonnade                                    |

**OU DIMANCHE**

**MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)**


*Faites-vous plaisir avec notre gamme traiteur*

**Hors d'oeuvres :** Velouté de potiron aux éclats de marron  Mousse de canard et son chutney de figues

**Plats :** Rillettes de saumon à la ciboulette  Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais potimarron   
Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois   
Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée

**Fromages :** Assiette de 2 fromages  Fromage blanc aux fines herbes

**Desserts :** Crumble aux poires et son caramel fondant  Moelleux au chocolat et sa crème anglaise   
Délice de marrons spéculos



#### LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs  
Salade tricolore: pâtes tricolores, olives, poivrons  
Salade antillaise: riz, ananas, poivrons  
Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise  
Salade de p. de terre océane: p. de terre, colin, crème fraîche, ciboulette, échalote

Les viandes de boeuf et les volailles sont d'origine française

PC : Plat complet / PF : Plat Froid

Fruit indiqué sur le menu servi selon sa disponibilité d'approvisionnement





Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
 renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
 avoir la carte et les secteurs concernés



**MENU PAUVRE EN SEL, SUCRE, limité en graisse**

|          | FORMULE MIDI  | AUTRES FORMULES   |  | FORMULES SUPPLEMENTS  |
|----------|---|---|--|---|
|          | MENU A 9,50€  | MENU C (Livré en complément du midi) 5,80€ □<br>MENU C (Livré seul) 7,95€ □                                     | MENU C - LEGER (Livré en complément du midi uniquement) 5,55€                  | SUPPLEMENTS 0,60€   |
| LUNDI    | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Escalope de porc au jus<br>Coquillettes<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue | Potage poireaux p. de terre<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Riz au lait vanille s/ sucre | Carottes râpées ciboulette<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>*** | Potage poireaux p. de terre<br>Riz au lait à la vanille s/sucre |
| MARDI    | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Parmentier de bœuf au potiron (PC)<br>***<br>Cotentin<br>Bouillie de froment au cacao        | Potage de légumes<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière<br>Crème pâtisnière au rhum s/ sucre                 | Chou rouge vinaigrette<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière                | Potage de légumes<br>Bouillie de froment au cacao s/sucre       |
| MERCREDI | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Emincé de dinde à la crème<br>Poêlée de légumes<br>Fondu président<br>Semoule au lait s/ sucre       | Crème soubise<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés<br>Kiwi                                    | Betteraves à l'ail<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés      | Crème soubise<br>Fromage blanc nature                           |
| JEUDI    | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Rôti de porc au jus<br>Lentilles cuisinées<br>Yaourt nature<br>Pomme du Verger               | Potage de légumes<br>Omelette s/ sel<br>Pomme de terre vapeur<br>Entremets vanille s/ sucre                     | Chou-fleur vinaigrette<br>Omelette s/ sel<br>Pomme de terre vapeur             | Potage de légumes<br>Faisselle                                  |

|               |   |   |  |   |
|---------------|---|---|--|---|
| 5<br>VENDREDI | Velouté de champignons<br>Salade antillaise<br>Filet de colin sauce citron<br>Haricots beurre au curcuma<br>Emmental<br>Fromage blanc à la myrtille s/sucre   | Velouté de champignons<br>Haché de veau au jus<br>Purée de p. de terre<br>Poire         | Salade antillaise<br>Haché de veau au jus<br>Purée de p. de terre        | Velouté de champignons<br>Floraline à la vanille s/sucre          |
|               | Potage de légumes<br>Salade de p. de terre océane<br>Sauté de porc au jus<br>Chou-feur béchamel<br>Yaourt nature<br>Clémentines                               | Potage de légumes<br>Risotto de volaille (PC)<br>***<br>Purée pomme 4 épices            | Salade de p. de terre océane<br>Risotto de volaille (PC)<br>***          | Potage de légumes<br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger s/sucre |
|               | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts échalote<br>Langue de bœuf sauce madère<br>Carottes et navets<br>Rondelé aux noix<br>Moelleux poire cannelle s/ sucre | Velouté Saint Germain<br>Filet de lieu sauce nantua<br>Pâtes papillons<br>Yaourt nature | Haricots verts échalote<br>Filet de lieu sauce nantua<br>Pâtes papillons | Velouté Saint Germain<br>Fromage blanc nature                     |

**7 DIMANCHE OU 7 DIMANCHE**

**MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)**

**Hors d'oeuvres :** Velouté de potiron aux éclats de marron  Mousse de canard et son chutney de figues

**Rillettes de saumon à la ciboulette**

**Plats :** Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois  Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais et potimarron

Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée

**Fromages :** Assiette de 2 fromages  Fromage blanc aux fines herbes

**Desserts :** Crumble aux poires et son caramel fondant  Moelleux au chocolat et sa crème anglaise

Délice de marrons spéculos

*Faites-vous plaisir avec notre gamme traiteur*

**LES RECETTES ET COMPOSITIONS**

Salade fantaisie: céleri, pomme, raisins secs

Salade tricolore: pâtes tricolores, olives, poivrons

Salade antillaise: riz, ananas, poivrons

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise

Salade de p. de terre océane: p. de terre, colin, crème





Pour toute commande de  *pains et pâtisseries.*  
enseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
avoir la carte et les secteurs concernés



## MENU CONFORT DIGESTIF

|          | FORMULE MIDI  | AUTRES FORMULES   | FORMULES SUPPLEMENTS                                    |
|----------|---|---|---|
|          | MENU A 9,50€  | MENU C (Livré en complément du midi) 5,80€ □<br>MENU C (Livré seul) 7,95€ □                                     | SUPPLEMENTS 0,60€                                       |
| LUNDI    | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Escalope de porc au jus<br>Coquillettes<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue | Potage poireaux p. de terre<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Riz au lait vanille s/ sucre | Potage poireaux p. de terre<br>Riz au lait à la vanille |
| MARDI    | Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Parmentier de bœuf au potiron (PC)<br>***<br>Cotentin<br>Bouillie de froment au cacao        | Potage de légumes<br>Jambon s/ sel<br>Petits pois fermière<br>Crème pâtisnière au rhum s/ sucre                 | Potage de légumes<br>Bouillie de froment au chocolat    |
| MERCREDI | Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Emincé de dinde à la crème<br>Poêlée de légumes<br>Fondu président<br>Semoule au lait s/ sucre       | Crème soubise<br>Clafoutis carottes cumin s/ sel<br>Epinards braisés<br>Kiwi                                    | Crème soubise<br>Fromage blanc aux fruits               |
| JEUDI    | Potage de légumes<br>Chou-fleur vinaigrette<br>Rôti de porc au jus<br>Lentilles cuisinées<br>Yaourt nature<br>Pomme du Verger               | Potage de légumes<br>Omelette s/ sel<br>Pomme de terre vapeur<br>Entremets vanille s/ sucre                     | Potage de légumes<br>Faisselle                          |

|            |   |   |   |
|------------|---|---|---|
| VENDREDI 5 | Velouté de champignons<br>Salade antillaise<br>Filet de colin sauce citron<br>Haricots beurre au curcuma<br>Emmental<br>Fromage blanc à la myrtille s/sucre   | Velouté de champignons<br>Haché de veau au jus<br>Purée de p. de terre<br>Poire         | Velouté de champignons<br>Flan nappé caramel              |
|            | Potage de légumes<br>Salade de p. de terre océane<br>Sauté de porc au jus<br>Chou-feur béchamel<br>Yaourt nature<br>Clémentines                               | Potage de légumes<br>Risotto de volaille (PC)<br>***<br>Purée pomme 4 épices            | Potage de légumes<br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger |
| DIMANCHE 7 | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts échalote<br>Langue de bœuf sauce madère<br>Carottes et navets<br>Rondelé aux noix<br>Moelleux poire cannelle s/ sucre | Velouté Saint Germain<br>Filet de lieu sauce nantua<br>Pâtes papillons<br>Yaourt nature | Velouté Saint Germain<br>Fromage blanc vanille            |

**DIMANCHE 7 OU**

**MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)**

**Hors d'oeuvres :** Velouté de potiron aux éclats de marron  Mousse de canard et son chutney de figues

**Plats :** Rillettes de saumon à la ciboulette  Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais et potimarron   
Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois   
Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée

**Fromages :** Assiette de 2 fromages  Fromage blanc aux fines herbes

**Desserts :** Crumble aux poires et son caramel fondant  Moelleux au chocolat et sa crème anglaise   
Délice de marrons spéculos

*Faites-vous plaisir avec  
notre gamme traiteur*



Semaine n° 05 - du 01 au 07 Février




Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
 renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
 avoir la carte et les secteurs concernés



Sans viande

| FORMULE MIDI |   | SUPPLEMENTS FORMULES                                    |
|--------------|---|---|
| MENU A 9,50€ |   | SUPPLEMENTS 0,60€                                       |
| LUNDI        | 1<br>Potage poireaux p. de terre<br>Taboulé<br>Gratin de poisson aux petits légumes (PC)<br>***<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue                                      | Potage poireaux p. de terre<br>Riz au lait à la vanille |
|              | 2<br>Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Filet de lieu sauce aurore<br>Riz pilaf<br>Petit fromage frais ail et fines herbes<br>Crêpe de la Chandeleur au caramel | Potage de légumes<br>Bouillie de froment au chocolat    |
|              | 3<br>Crème soubise<br>Betteraves à l'ail<br>Clafoutis carottes cumin emmental<br>Poêlée de légumes<br>Fondu président<br>Semoule au lait aux raisins                        | Crème soubise<br>Fromage blanc aux fruits               |
|              | 4<br>Potage de légumes<br>Salade tricolore<br>Omelette<br>Julienne de légumes forestière<br>Yaourt aromatisé<br>Pomme du Verger   | Potage de légumes<br>Faisselle                          |

|          |   |  |  |   |
|----------|---|--|--|---|
| VENDREDI | 5 | Velouté de champignons<br>Salade antillaise<br>Colin meunière<br>Haricots beurre au curcuma<br>Edam<br>Fromage blanc à la myrtille               |  | Velouté de champignons<br><br>Flan nappé caramel              |
| SAMEDI   | 6 | Potage de légumes<br>Salade de p. de terre océane<br>Saumonette sauce armoricaine<br>Chou-feur béchamel<br>Pavé demi-sel<br>Clémentines          |  | Potage de légumes<br><br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger |
| DIMANCHE | 7 | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts échalote<br>Crêpe aux fruits de mer<br>Carottes et navets<br>Rondelé aux noix<br>Moelleux poire cannelle |  | Velouté Saint Germain<br><br>Fromage blanc vanille            |

**MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)**  *Faites-vous plaisir avec notre gamme traiteur*

**Hors d'oeuvres :** Velouté de potiron aux éclats de marron  Mousse de canard et son chutney de figues

**Rillettes de saumon à la ciboulette**

**Plats :** Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois  Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais et potimarron  Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée

**Fromages :** Assiette de 2 fromages  Fromage blanc aux fines herbes

**Desserts :** Crumble aux poires et son caramel fondant  Moelleux au chocolat et sa crème anglaise

Délice de marrons spéculos

LES RECETTES ET COMPOSITIONS



Semaine n° 05 - du 01 au 07 Février




Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
 renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
 avoir la carte et les secteurs concernés



MENU MIXE

|                             | FORMULE MIDI   | AUTRES FORMULES  | SUPPLEMENTS FORMULES  |
|-----------------------------|--|--|---|
|                             | <b>Menu A 9,50€</b>  | Menu C (Livré en complément du midi) 5,80€ □<br>Menu C (Livré seul) 7,95€ □                | <b>SUPPLEMENTS 0,60€</b>                                    |
| <b>1</b><br><b>LUNDI</b>    | Potage poireaux p. de terre<br>Carottes cuites vinaigrette mixées<br>Sauté de dinde au cidre mixé<br>Purée de céleri<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue                | Potage poireaux p. de terre<br>Filet de lieu mixé<br>Purée de p. de terre<br>Liégeois café | Potage poireaux p. de terre<br><br>Riz au lait à la vanille |
| <b>2</b><br><b>MARDI</b>    | <i>Potage de légumes</i><br>Salade de pâtes tomate mixée*<br>Bœuf au jus<br>Purée de potiron<br>Petit fromage frais ail et fines herbes<br>Bouillie de froment au chocolat | Potage de légumes<br>Jambon blanc mixé<br>Purée de petits pois<br>Crème pâtissière au rhum | Potage de légumes<br><br>Bouillie de froment au chocolat    |
| <b>3</b><br><b>MERCREDI</b> | Crème soubise<br>Betteraves vinaigrette mixées<br>Emincé de dinde à la crème mixé<br>Purée de haricots verts<br>Fondu président<br>Mousse au chocolat                      | Crème soubise<br>Haché de veau au jus mixé<br>Purée d'épinards<br>Purée de pommes          | Crème soubise<br><br>Fromage blanc aux fruits               |
| <b>4</b><br><b>JEUDI</b>    | <i>Potage de légumes</i><br>Chou-fleur vinaigrette mixé<br>Rôti de porc au jus mixé<br>Purée de carottes<br>Yaourt aromatisé<br>Crème dessert vanille                      | Potage de légumes<br>Omelette mixée*<br>Purée de navets<br>Entremets praliné               | Potage de légumes<br><br>Faisselle                          |

|               |  |   |   |
|---------------|--|---|---|
| 5<br>VENDREDI | Velouté de champignons<br>Céleri rémoulade mixé*<br>Filet de colin sauce citron mixé<br>Purée d'haricots beurre<br>Fraidou<br>Fromage blanc nature | Velouté de champignons<br>Haché de veau au jus mixé<br>Purée de p. de terre<br>Liégeois chocolat  | Velouté de champignons<br>Flan nappé caramel              |
|               | Potage de légumes<br>Macédoine de légumes mixée<br>Sauté de porc au jus mixé<br>Purée de chou-fleur<br>Pavé demi-sel<br>Flan vanille               | Potage de légumes<br>Emincé de dinde au jus mixé<br>Polenta crémeuse<br>Purée pomme 4 épices      | Potage de légumes<br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger |
|               | Velouté Saint Germain<br>Haricots verts vinaigrette mixés<br>Bœuf au jus mixé<br>Purée de navets<br>Rondelé nature<br>Mousse citron                | Velouté Saint Germain<br>Filet de lieu sauce nantua mixé<br>Purée de carottes<br>Yaourt aromatisé | Velouté Saint Germain<br>Fromage blanc vanille            |

|  |  |   |
|--|--|---|
| 7<br>DIMANCHE  | <b>MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)</b>     |   |
|  | <b>Hors d'oeuvres :</b> Velouté de potiron aux éclats de marron <input type="checkbox"/><br>Rillettes de saumon à la ciboulette <input type="checkbox"/> | Mousson de canard et son chutney de figues <input type="checkbox"/> |
| <b>Plats :</b> Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois <input type="checkbox"/> Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa<br>compotée de panais et potimarron <input type="checkbox"/> Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée <input type="checkbox"/> |  |   |
| <b>Fromages :</b> Assiette de 2 fromages <input type="checkbox"/>  | Fromage blanc aux fines herbes <input type="checkbox"/>  |   |
| <b>Desserts :</b> Crumble aux poires et son caramel fondant <input type="checkbox"/>   | Moelleux au chocolat et sa crème anglaise <input type="checkbox"/>   |   |
|  | Délice de marrons spéculos <input type="checkbox"/>  |   |

*Faites-vous plaisir avec  
notre gamme traiteur*

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Fruit indiqué sur le menu servi selon sa disponibilité  
d'approvisionnement

Semaine n° 05 - du 01 au 07 Février




Pour toute commande de *pains et pâtisseries*,  
 renseignez-vous auprès de votre livreuse pour  
 avoir la carte et les secteurs concernés



**MENU HYPERPROTEINE**

| FORMULE MIDI |   | SUPPLEMENTS FORMULES                                    |
|--------------|---|---|
| MENU A 9,50€ |   | SUPPLEMENTS 0,60€                                       |
| LUNDI        | 1<br>Potage poireaux p. de terre<br>Carottes râpées ciboulette<br>Echine de porc sauce moutarde<br>Coquillettes<br>Yaourt nature<br>Purée pomme mangue                        | Potage poireaux p. de terre<br>Riz au lait à la vanille |
|              | 2<br>Potage de légumes<br>Chou rouge vinaigrette<br>Parmentier de bœuf au potiron (PC)<br>***<br>Petit fromage frais ail et fines herbes<br>Crêpe de la Chandeleur au caramel | Potage de légumes<br>Bouillie de froment au chocolat    |
|              | 3<br>Potage de légumes<br>Betteraves à l'ail<br>Emincé de dinde à la crème<br>Poêlée de légumes<br>Fondu président<br>Semoule au lait aux raisins                             | Crème soubise<br>Fromage blanc aux fruits               |
|              | 4<br>Potage de légumes<br>Pâté de campagne<br>Saucisse de Toulouse<br>Lentilles cuisinées<br>Yaourt aromatisé<br>Pomme du Verger  | Potage de légumes<br>Faisselle                          |

|                             |   |  |   |
|-----------------------------|---|--|---|
| <b>5</b><br><b>VENDREDI</b> | <i>Velouté de champignons</i><br>Salade antillaise<br>Colin meunière<br>Haricots beurre au curcuma<br>Edam<br>Fromage blanc à la myrtille   |  | Velouté de champignons<br><br>Flan nappé caramel  |
|                             | <b>6</b><br><b>SAMEDI</b>   | <i>Potage de légumes</i><br>Salade de p. de terre océane<br>Chou-fleur à la parisienne (PC)<br>***<br>Pavé demi-sel<br>Clémentines | Potage de légumes<br><br>Tapioca au lait à la fleur d'oranger   |
|                             |   | <b>7</b><br><b>DIMANCHE</b>  | <i>Velouté Saint Germain</i><br>Pâté de lapin<br>Langue de bœuf sauce madère<br>Carottes et navets<br>Rondelé aux noix<br>Moelleux poire cannelle |
| <b>7</b><br><b>DIMANCHE</b> | <p style="text-align: center;"><b>MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi)</b></p> <p style="text-align: right;"><i>Faites-vous plaisir avec notre gamme traiteur</i> </p> <p><b>Hors d'oeuvres :</b> Velouté de potiron aux éclats de marron <input type="checkbox"/> Mousse de canard et son chutney de figues <input type="checkbox"/><br/>         Rillettes de saumon à la ciboulette <input type="checkbox"/></p> <p><b>Plats :</b> Tranche de gigot d'agneau poêlée à la crème d'ail et gratin dauphinois <input type="checkbox"/> Pavé de saumon poêlé à la sauce vierge et sa compotée de panais et potimarron <input type="checkbox"/> Sauté de canard à l'orange avec son endive braisée <input type="checkbox"/></p> <p><b>Fromages :</b> Assiette de 2 fromages <input type="checkbox"/> Fromage blanc aux fines herbes <input type="checkbox"/></p> <p><b>Desserts :</b> Crumble aux poires et son caramel fondant <input type="checkbox"/> Moelleux au chocolat et sa crème anglaise <input type="checkbox"/><br/>         Délice de marrons spéculos <input type="checkbox"/></p> |  |   |

#### LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade tricolore: pâtes tricolores, olives, poivrons

Salade antillaise: riz, ananas, poivrons

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise