



Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



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€ □ MENU C livré seul 7,95€ □	MENU C - LEGER (Livré en complément du midi uniquement) 5,55€	SUPPLEMENTS 0,60€			
LUNDI	20	Crème de potiron à la muscade Céleri sauce fromage blanc curry Sauté de porc au jus Haricots blancs Yaourt nature Purée pomme agrumes	Crème de potiron à la muscade Céleri sauce fromage blanc curry Haché de veau au jus Mitonnée d'automne Yaourt nature Crème dessert chocolat	Crème de potiron à la muscade Haché de veau au jus Mitonnée d'automne Crème dessert chocolat	Céleri sauce fromage blanc curry Haché de veau au jus Mitonnée d'automne	Crème de potiron à la muscade Floraline au lait			
	MARDI	21	Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette au cumin Omelette s/ sel Poêlée de légumes Emmental Crème patissière aux amandes	Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette au cumin Hachis Parmentier *** Emmental Liégeois café	Potage de légumes Hachis Parmentier *** Poire	Carotte râpée vinaigrette au cumin Hachis Parmentier ***	Potage de légumes Fromage blanc aux fruits		
		MERCREDI	22	Potage crécy Betterave à l'ail Poulet sauce suprême Riz créole Cotentin Flan vanille	Potage crécy Betterave à l'ail Filet de colin au citron Brocolis béchamel Cotentin Flan vanille	Potage crécy Filet de colin au citron Brocolis béchamel Purée pomme mangue	Betterave à l'ail Filet de colin au citron Brocolis béchamel	Potage crécy Semoule au lait au café	
			JEUDI	23	Potage poireau p. de terre Salade esaü Escalope de porc sauce charcutière Navets persillés Fromage blanc nature Entremets caramel	Potage poireau p. de terre Salade esaü Poêlée d'haricots verts à la volaille *** Fromage blanc nature Orange	Potage poireau p. de terre Poêlée d'haricots verts à la volaille *** Orange	Salade esaü Poêlée d'haricots verts à la volaille ***	Potage poireau p. de terre Bouillie de froment

VENDREDI 24	Crème de pois cassés	Crème de pois cassés	Crème de pois cassés	Salade de pâtes au basilic	Crème de pois cassés au bacon
	Salade de pâtes au basilic	Salade de pâtes au basilic	Boudin blanc aux pommes et muscade	Boudin blanc aux pommes et muscade	Fromage blanc vanille
	Filet de lieu sauce aurore	Boudin blanc aux pommes et muscade	Purée de potiron	Purée de potiron	
SAMEDI 25	Carottes braisées	Purée de potiron	Pot de crème spéculoos		
	Fromage frais nature	Fromage frais nature			
	Pomme du Verger	Pomme du Verger			
	Crème de champignons	Crème de champignons	Crème de champignons	Rillettes au saumon	Crème de champignons
	Rillettes au saumon	Terrine de chevreruil aux baies de genièvre	Jambon s/ sel	Jambon s/ sel	
Cuisse de pintade aux raisins	Filet de dorade sauce homardine	Poireau béchamel	Poireau béchamel	Tapioca au lait	
Pommes noisettes	Trio de choux	Clémentine			
Cantal	Fourme d' Ambert				
Bûche de Noël	Bûche de Noël				
DIMANCHE 26	Potage céleri carottes	Potage céleri carottes	Potage céleri carottes	Macédoine de légumes vinaigrette	Potage céleri carottes
	Macédoine de légumes vinaigrette	Macédoine de légumes vinaigrette	Gratin de poisson aux épinards	Gratin de poisson aux épinards	Faisselle
	Rôti de porc à la crème	Gratin de poisson aux épinards	***	Gratin de poisson aux épinards	
	Coquillettes	***	Riz au lait miel orange	***	
	Rondelé	Rondelé			
	Eclair café	Eclair café			
OU DIMANCHE	MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi) Carte automne				
	Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron				
	Plats : Filet mignon de porc aux girolles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles				
	Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel				
	Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices				

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade antillaise: riz, ananas, poivron / P. de terre à l'ancienne: p. de terre,
 Salade esaü: lentille, œuf dur, oignon
 Salade vendéenne: chou blanc, raisin, vinaigrette
 Mitonnée d'automne: chou-fleur, panais, carotte

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

PC : Plat complet / PF : Plat Froid

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



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) 5,80€ □ MENU C livré seul 7,95€ □	MENU C - LEGER (Livré en complément du midi uniquement) 5,55€	SUPPLEMENTS 0,60€	
20 LUNDI		Crème de potiron à la Céleri rémoulade	Crème de potiron à la Salade antillaise	Crème de potiron à la Crêpe au fromage	Céleri rémoulade	Crème de potiron à la muscade □	
		Cassoulet	Crêpe au fromage	Mitonnée d'automne	Crêpe au fromage	Floraline au lait □	
		***	Mitonnée d'automne		Mitonnée d'automne		
		Yaourt nature	Mimolette	Kiwi			
	Purée pomme agrumes	Purée pomme agrumes					
21 MARDI		Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette au cumin	Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette au cumin	Potage de légumes Hachis Parmentier	Carotte râpée vinaigrette au cumin	Potage de légumes □	
		Omelette	Hachis Parmentier	***	Hachis Parmentier	Fromage blanc nature □	
		Poêlée de légumes	***		***		
		Edam	Fondu président	Poire			
	Crème pâtissière aux amandes s/ sucre	Poire					
22 MERCREDI		Potage crécy	Potage crécy	Potage crécy	Betterave à l'ail	Potage crécy □	
		Betterave à l'ail	P. de terre à l'ancienne	Tarte aux légumes	Tarte aux légumes	Semoule au lait au café □	
		Poulet sauce suprême	Calamars à la romaine	Salade verte en chiffonnade	Salade verte en chiffonnade		
		Riz créole	Brocolis béchamel	Purée pomme mangue			
	Cotentin	Yaourt nature					
	Clémentines	Clémentines					
23 JEUDI		Potage poireau p. de terre	Potage poireau p. de terre	Potage poireau p. de terre		Potage poireau p. de terre □	
		Chou rouge vinaigrette	Chou rouge vinaigrette	Poêlée d'haricots verts à la volaille	Chou rouge vinaigrette	Bouillie de froment □	
		Tortellini de bœuf sauce crème champignon	Poêlée d'haricots verts à la volaille	***	Poêlée d'haricots verts à la volaille		
		***	***		***		
	Coulommiers	Fraidou	Bouillie de froment s/ sucre				
	Entremets vanille s/sucre	Bouillie de froment s/ sucre					

24 VENDREDI	Crème de pois cassés au bacon	Crème de pois cassés au bacon	Crème de pois cassés au bacon	Salade de pâtes au basilic	Crème de pois cassés
	Salade de pâtes au basilic	Salade vendéenne	Boudin blanc aux pommes et muscade	Boudin blanc aux pommes et muscade	Fromage blanc nature
	Filet de lieu sauce aurore	Chili con carne et riz	Purée de potiron	Purée de potiron	
25 SAMEDI	Carottes braisées	***	Pot de crème spéculoos		
	Petit fromage frais ail et fines herbes	Tomme blanche			
	Pomme du Verger	Pomme du Verger			
26 DIMANCHE	Crème de champignons	Crème de champignons	Crème de champignons	Salade de pâtes au basilic	Crème de pois cassés
	Rillettes au saumon	Terrine de chevreruil aux baies de genièvre	Jambon blanc	Salade de pâtes au basilic	Crème de pois cassés
	Cuisse de pintade aux raisins	Filet de dorade sauce homardine	Poireau béchamel	Boudin blanc aux pommes et muscade	Fromage blanc nature
26 DIMANCHE	Pommes noisettes	Trio de choux	Tapioca au lait s/sucre	Purée de potiron	
	Cantal	Fourme d' Ambert			
	Bûche de Noël	Bûche de Noël			
26 DIMANCHE	Potage céleri carottes	Potage céleri carottes	Potage céleri carottes	Macédoine de légumes mayonnaise	Potage céleri carottes
	Macédoine de légumes mayonnaise	Macédoine de légumes mayonnaise	Gratin de poisson aux épinards	Macédoine de légumes mayonnaise	Faisselle
	Palette de porc à la diable	Gratin de poisson aux épinards	***	Gratin de poisson aux épinards	
26 DIMANCHE	Haricots beurre	***	Riz au lait à l'orange s/ sucre		
	Cotentin	Carré fromager			
	Moelleux nature s/ sucre	Moelleux nature s/ sucre			

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

Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron

Plats : Filet mignon de porc aux giroles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles

Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel

Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade antillaise: riz, ananas, poivron / P. de terre à l'ancienne: p. de terre, moutarde à

Salade esaü: lentille, œuf dur, oignon

Salade vendéenne: chou blanc, raisin, vinaigrette

Mitonnée d'automne: chou-fleur, panais, carotte

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



Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



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€ □ MENU C (Livré seul) 7,95€ □	SUPPLEMENTS 0,60€
20 LUNDI	Crème de potiron à la muscade Céleri sauce fromage blanc curry Sauté de porc au jus Haricots blancs Yaourt nature Purée pomme agrumes	Crème de potiron à la muscade Haché de veau au jus Mitonnée d'automne Floraline au lait s/ sucre	Crème de potiron à la muscade Floraline au lait
21 MARDI	Potage de légumes Carotte râpée vinaigrette au cumin Omelette s/ sel Poêlée de légumes Emmental Crème pâtissière aux amandes s/ sucre	Potage de légumes Hachis Parmentier *** Poire	Potage de légumes Fromage blanc nature
22 MERCREDI	Potage crécy Betterave à l'ail Poulet sauce suprême Riz créole Cotentin Clémentines	Potage crécy Filet de colin au citron Brocolis béchamel Semoule au au lait au café s/sucre	Potage crécy Semoule au lait au café
23 JEUDI	Potage poireau p. de terre Salade esaü Escalope de porc sauce charcutière Navets persillés Fromage blanc nature Entremets vanille s/sucre	Potage poireau p. de terre Poêlée d'haricots verts à la volaille *** Bouillie de froment s/ sucre	Potage poireau p. de terre Bouillie de froment

24 VENDREDI	<p>Crème de pois cassés</p> <p>Salade de pâtes au basilic</p> <p>Filet de lieu sauce aurore</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Fromage frais nature</p> <p>Pomme du Verger</p>	<p>Crème de pois cassés</p> <p>Boudin blanc aux pommes et muscade</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Pot de crème spéculoos</p>	<p>Crème de pois cassés</p> <p>Fromage blanc nature</p>
25 SAMEDI	<p>Crème de champignons</p> <p>Rillettes au saumon</p> <p>Cuisse de pintade au jus</p> <p>Pommes noisettes</p> <p>Emmental</p> <p>Bûche de Noël</p>	<p>Crème de champignons</p> <p>Jambon s/ sel</p> <p>Poireau béchamel</p> <p>Tapioca au lait s/sucre</p>	<p>Crème de champignons</p> <p>Tapioca au lait</p>
26 DIMANCHE	<p>Potage céleri carottes</p> <p>Macédoine de légumes vinaigrette</p> <p>Rôti de porc à la crème</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Rondelé</p> <p>Moelleux nature s/ sucre</p>	<p>Potage céleri carottes</p> <p>Gratin de poisson aux épinards</p> <p>***</p> <p>Riz au lait à l'orange s/ sucre</p>	<p>Potage céleri carottes</p> <p>Faisselle</p>



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

Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron

Plats : Filet mignon de porc aux girolles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles

Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel

Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade antillaise: riz, ananas, poivron / P. de terre à l'ancienne: p. de terre, moutarde à l'ancienne
 Salade esaü: lentille, œuf dur, oignon

Salade vendéenne: chou blanc, raisin, vinaigrette
 Mitonnée d'automne: chou-fleur, panais, carotte

Les viandes de bœuf et les volailles sont d'origines françaises

PC : Plat complet / PF : Plat froid

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





Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



MENU CONFORT DIGESTIF

	FORMULE MIDI	AUTRES FORMULES	FORMULES SUPPLEMENTS
	MENU A 9,50€	MENU C (Livré en complément du midi) 5,80€ □ MENU C (Livré seul) 7,95€ □	SUPPLEMENTS 0,60€
LUNDI 20	Crème de potiron à la muscade Salade de riz aux dés de jambon Sauté de porc au jus Carottes braisées Yaourt nature Purée de pomme	Crème de potiron à la muscade Crêpe au fromage Haricots verts Crème dessert chocolat	Crème de potiron à la muscade Floraline au lait
MARDI 21	Potage de légumes Carotte cuite au cumin Omelette Poêlée de légumes Edam Crème pâtissière aux amandes	Potage de légumes Hachis Parmentier *** Poire	Potage de légumes Fromage blanc aux fruits
MERCREDI 22	Potage crécy Betterave vinaigrette Poulet rôti Riz créole Cotentin Flan vanille	Potage crécy Filet de colin au citron Julienne de légumes Semoule au lait au café	Potage crécy Semoule au lait au café
JEUDI 23	Potage poireau p. de terre Œuf dur vinaigrette Escalope de porc au jus Navets persillés Fromage blanc nature Entremets caramel	Potage poireau p. de terre Poêlée d'haricots verts à la volaille *** Bouillie de froment	Potage poireau p. de terre Bouillie de froment

VENDREDI 24	<p>Potage de légumes</p> <p>Salade de pâtes au basilic</p> <p>Filet de lieu sauce aurore</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Fromage frais nature</p> <p>Pomme du Verger</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Boudin blanc aux pommes et muscade</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Pot de crème spéculoos</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Fromage blanc vanille</p>
SAMEDI 25	<p>Potage de légumes</p> <p>Rillettes au saumon</p> <p>Cuisse de pintade au jus</p> <p>Pommes noisettes</p> <p>Cantal</p> <p>Bûche de Noël</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Jambon blanc</p> <p>Poireau béchamel</p> <p>Tapioca au lait</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Tapioca au lait</p>
DIMANCHE 26	<p>Potage de légumes</p> <p>P. de terre océane</p> <p>Rôti de porc au jus</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Rondelé</p> <p>Eclair café</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Gratin de poisson aux épinards</p> <p>***</p> <p>Riz au lait</p>	<p>Potage de légumes</p> <p>Faisselle</p>



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

Hors d'œuvre : Pâté en crouste et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron

Plats : Filet mignon de porc aux girolles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles

Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel

Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices

Les viandes de bœuf et les volailles sont d'origines françaises

PC : Plat complet / PF : Plat froid

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






Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



Sans viande

FORMULE MIDI		SUPPLEMENTS FORMULES
MENU A 9,50€		SUPPLEMENTS 0,60€
LUNDI 20	Crème de potiron à la muscade	Crème de potiron à la muscade
	Céleri rémoulade	
	Crêpe au fromage	
	Mitonnée d'automne	Floraline au lait
	Yaourt nature	
	Purée pomme agrumes	
MARDI 21	Potage de légumes	Potage de légumes
	Carotte râpée vinaigrette au cumin	
	Omelette	
	Poêlée de légumes	Fromage blanc aux fruits
	Edam	
	Crème pâtissière aux amandes	
MERCREDI 22	Potage crécy	Potage crécy
	Betterave à l'ail	
	Calamars à la romaine	
	Riz créole	Semoule au lait au café
	Cotentin	
	Flan vanille	
JEUDI 23	Potage poireau p. de terre	Potage poireau p. de terre
	Chou rouge vinaigrette	
	Tarte aux légumes	
	Navets persillés	Bouillie de froment
	Coulommiers	
	Entremets caramel	

24 VENDREDI	<p>Crème de pois cassés au bacon</p> <p>Salade de pâtes au basilic</p> <p>Filet de lieu sauce aurore</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Petit fromage frais ail et fines herbes</p> <p>Pomme du Verger</p>		<p>Crème de pois cassés au bacon</p> <p>Fromage blanc vanille</p>
25 SAMEDI	<p>Crème de champignons</p> <p>Rillettes au saumon</p> <p>Filet de dorade sauce homardine</p> <p>Pommes noisettes</p> <p>Cantal</p> <p>Bûche de Noël</p>		<p>Crème de champignons</p> <p>Tapioca au lait</p>
26 DIMANCHE	<p>Potage céleri carottes</p> <p>Macédoine de légumes mayonnaise</p> <p>Gratin de poisson aux épinards</p> <p>***</p> <p>Rondelé</p> <p>Eclair café</p>		<p>Potage céleri carottes</p> <p>Faisselle</p>

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

Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron

Plats : Filet mignon de porc aux girolles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles

Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel

Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

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




Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



MENU MIXE

	FORMULE MIDI	AUTRES FORMULES	SUPPLEMENTS FORMULES
	Menu A 9,50€	Menu C (Livré en complément du midi) 5,80€ □ Menu C (Livré seul) 7,95€ □	SUPPLEMENTS 0,60€
20 LUNDI	Crème de potiron à la muscade Céleri rémoulade mixé* Sauté de porc au jus mixé Haricots blancs mixés Yaourt nature Purée pomme agrumes	Crème de potiron à la muscade Haché de veau au jus mixé Purée de chou fleur Crème dessert chocolat	Crème de potiron à la muscade Floraline au lait
21 MARDI	Potage de légumes Carottes cuites au cumin mixées Omelette mixée* Purée de potiron Fondu président Crème pâtissière vanille	Potage de légumes Bœuf au jus mixé* Purée de p. de terre Liégeois café	Potage de légumes Fromage blanc aux fruits
22 MERCREDI	Potage crécy Betterave vinaigrette mixée Escalope de poulet sauce suprême mixée Purée d'épinards Cotentin Flan vanille	Potage crécy Jambon blanc mixé Purée de brocolis Purée pomme mangue	Potage crécy Semoule au lait au café
23 JEUDI	Potage poireau p. de terre Chou rouge fumé mixé* Escalope de porc sauce charcutière mixée Purée de navet Coulommiers Entremets caramel	Potage poireau p. de terre Emincé de dinde au jus mixé Purée d'haricots verts Bouillie de froment	Potage poireau p. de terre Bouillie de froment

24 VENDREDI	Crème de pois cassés		Crème de pois cassés	Crème de pois cassés au bacon
	Chou-fleur vinaigrette mixé		Veau au bouillon mixé*	Fromage blanc vanille
	Filet de lieu sauce aurore mixé		Purée de potiron	
25 SAMEDI	Purée de carotte		Pot de crème spéculoos	
	Petit fromage frais ail et fines herbes			
	Flan nappé caramel			
26 DIMANCHE	Crème de champignons		Crème de champignons	Crème de champignons
	Rillettes au saumon mixées		Jambon blanc mixé	Tapioca au lait
	Canard dinde vigneronne*		Purée de céleri	
26 DIMANCHE	Purée de p. de terre		Fromage blanc nature	
	Yaourt nature			
	Crème caramel beurre salé			
26 DIMANCHE	Potage céleri carottes		Potage céleri carottes	Potage céleri carottes
	Macédoine de légumes mixée		Filet de colin mixé	Faisselle
	Rôti de porc à la crème mixé		Purée d'épinards	
26 DIMANCHE	Purée d'haricots beurre		Flan chocolat	
	Rondelé			
	Faisselle			
26 DIMANCHE	<p align="center">MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi) Carte automne</p> <p>Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron</p> <p>Plats : Filet mignon de porc aux giroles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles</p> <p>Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel</p> <p>Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices</p>			

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

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




Nouveauté : Ateliers culinaires !
Pour y participer, renseignez-vous
auprès de votre livreuse



MENU HYPERPROTEINE

		FORMULE MIDI	SUPPLEMENTS FORMULES		
		MENU A 9,50€	SUPPLEMENTS 0,60€		
LUNDI	20	Crème de potiron à la muscade Céleri rémoulade Cassoulet *** Yaourt nature Purée pomme agrumes	Crème de potiron à la muscade Floraline au lait		
	MARDI	21	Potage de légumes Pâté de campagne Omelette Poêlée de légumes Edam Crème pâtissière aux amandes	Potage de légumes Fromage blanc aux fruits	
		MERCREDI	22	Potage crécy Betterave à l'ail Poulet sauce suprême Riz créole Cotentin Flan vanille	Potage crécy Semoule au lait au café
			JEUDI	23	Potage poireau p. de terre Chou rouge vinaigrette Tortellini de bœuf sauce crème champignon *** Coulommiers Entremets caramel

VENDREDI 24	<p>Crème de pois cassés au bacon</p> <p>Salade de pâtes au basilic</p> <p>Filet de lieu sauce aurore</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Petit fromage frais ail et fines herbes</p> <p>Pomme du Verger</p>		<p>Crème de pois cassés au bacon</p> <p>Fromage blanc vanille</p>
SAMEDI 25	<p>Crème de champignons</p> <p>Rillettes au saumon</p> <p>Cuisse de pintade aux raisins</p> <p>Pommes noisettes</p> <p>Cantal</p> <p>Bûche de Noël</p>		<p>Crème de champignons</p> <p>Tapioca au lait</p>
DIMANCHE 26	<p>Potage de légumes enrichi</p> <p>Macédoine de légumes mayonnaise</p> <p>Palette de porc à la diable</p> <p>Coquillettes</p> <p>Rondelé</p> <p>Eclair café</p>		<p>Potage céleri carottes</p> <p>Faisselle</p>
OU DIMANCHE 26	<p>MENU GOURMAND (16€) (Pour le week-end, livré le vendredi) Carte automne</p> <p>Hors d'œuvre : Pâté en croute et sa compotée d'oignons / Salade landaise (mâche, gésiers, noix, vinaigrette balsamique) / Velouté de potiron aux éclats de marron</p> <p>Plats : Filet mignon de porc aux girolles, purée de potiron / Blanquette de veau, riz aux champignons / Dos de cabillaud sauce homardine, tagliatelles</p> <p>Fromage : Assiette de 2 fromages / Faisselle au miel</p> <p>Dessert : Délice de marron et spéculos / Pot de crème chocolat caramel / Poire pochée au vin et épices</p>		

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

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