

Livraison de repas à domicile avec le sourire !

- ✓ Tous les jours, **deux menus au choix** parmi nos trois formules
- ✓ Une carte de remplacement pour modifier le menu.
- ✓ Prise en compte de votre régime : **sans sel, mouliné, diabétique**
- ✓ Une cuisine traditionnelle de qualité avec des **menus variés, complets et équilibrés.**

Choisissez votre menu :

	Prix TTC*
<input type="checkbox"/> Menu léger : entrée+ plat & accompagnement ou plat & accompagnement + dessert.	13.05 €
<input type="checkbox"/> Menu Simple entrée, plat & accompagnement, dessert, ½ baguette	13.97 €
<input type="checkbox"/> Menu complet : potage, entrée, plat & accompagnement, laitage, dessert, ½ baguette	17.04 €

Comment commander ?

- ✓ Chaque jour, vous avez le **choix entre deux menus****, à cocher. Votre sélection du mois suivant doit être remise à votre livreur habituel **avant le 20 du mois en cours.**
- ✓ Tout repas commandé et non annulé 72 heures avant le jour de livraison pourra être facturé.
- ✓ **Jours de livraison :**
 - lundi matin : pour le repas de lundi
 - mardi matin : pour le mardi et le mercredi
 - jeudi matin : pour le jeudi et vendredi
 - vendredi matin : pour samedi et dimanche
- ✓ **Livraison urgente :** pour toute livraison le jour même, par exemple pour un retour à domicile après une hospitalisation, nous ferons notre possible pour vous servir
- ✓ **Facturation mensuelle** - Chaque année, nous vous envoyons une attestation fiscale.

(*) **Déduction fiscale de 50%** du coût de la livraison selon la législation en vigueur.
 (**) **Pour les menus régime, un seul menu est proposé chaque jour.**

- Américaine** : concombre, tomates, maïs, oignons, olives noires
Antillaise : riz thaï parfumé, carottes, maïs, poivron, ananas, rôti de dinde, raisins sec
Atlantique : pommes de terre, maquereau, mayonnaise, pomme, persil plat
Aux deux pommes : pommes de terre, pomme fruit, crème, oignon
Aux deux racines : betteraves, carottes cuites
Bien-être : pâte bio, maïs, courgette, mimolette, huile d'olive, vinaigre de vin, ciboulette, cerfeuil
Bresse : pommes de terre, haricots verts, émincé de poulet, maïs, olive noire, échalote
Brestoise : pommes de terre, maquereau, moutarde, tomates, oignon, ciboulette
Californienne : riz thaï parfumé, tomate, concombre, ananas, maïs, olive noire, oignon, persil plat
Caribbes : haricots verts, émincé de poulet, ananas, maïs, poivron rouge, céleri
Camarguais : riz thaï parfumé, haricots rouges, petits pois, oignons, persil plat
Chef : concombre, tomates, maïs, menthe
Chinoise : soja, carottes, riz thaï parfumé, surimi, miel de fleurs, coriandre, ail
Créole : riz, poulet, ananas, tomate, raisins sec
Di Palermo : pâtes bio, tomates, mayonnaise, ketchup, surimi, crevette, oignons, basilic
Fermière : pommes de terre, petits pois, émincé de poulet, pomme, olives noires, oignons, persil plat
Finlandaise : pommes de terre, pomme fruit, concombre, mayonnaise, crevette, aneth
Flandaise : chou blanc, pommes de terre, mayonnaise, hareng mariné, cornichons, oignons, vinaigre de vin, persil plat
Italienne : pâtes bio, carottes, courgettes, tomates, olives noires, crème, basilic, emmental, mayonnaise, curcuma
Marinade du soleil : carottes, chou-fleur, courgettes, poivron, tomates, olives
Méditerranéenne : pommes de terre, tomates, céleri, poivron, œuf, persil plat
Mexicaine : maïs, poivrons, haricots rouges, oignons, olives noires
Naples : pâtes bio, tomates, courgette, ton, cerfeuil, oignons, olive noire, curcuma
New Orléans : riz thaï parfumé, haricots rouges, carottes, maïs, petit pois, poivron rouge
Niçoise : pommes de terre, haricots verts, tomates, thon, œuf dur, basilic, olives noires
Norvégienne : pâtes bio penne, tomates, courgettes, poivron, saumon fumé, aneth
Océane : pomme de terre, moules, mayonnaise, oignons, persil plat, curry
Paimpol : haricots blancs, échalotes, lardons, persil
Pâtes à l'indienne : pâtes risone bio, poulet, carottes, tomates, coriandre, oignons rouges, olives noires, huile d'olive, curry, curcuma
Pâtes à la grecque : pâtes, concombre, tomate, jambon blanc, feta, origan, huile d'olive
Pâtes à la romana : penne bio, jambon blanc LR, courgette, tomates, olives noires, emmental, basilic, curcuma
Pirée : tomates, concombre, poivron, olives noires, oignons, feta, vinaigrette, origan
Riz à l'indienne : riz thaï parfumé, thon, œuf dur, olives noires, câpres, échalotes, curry, curcuma,
Riz aux deux couleurs : concombre, riz thaï parfumé, coriandre, curcuma
Riz niçois : riz thaï parfumé, tomate, thon, maïs, oignons, olives noires, poivron
Riz rose : riz, betteraves, thon, mayonnaise, persil
Rollmops aux deux pommes : pommes de terre, rollmops, crème, lait, pommes fruit, oignons, persil plat
Roscoff : pommes de terre, chou-fleur, haricots blanc, fond d'artichaut, mayonnaise, crème, lait, oignons, persil plat
Sicilienne : pâtes bio : poivrons vert et rouges, vinaigrette, crevettes, oignons, basilic
Soleil : pâtes bio, carottes, jambon LR, basilic, tomate, oignons rouges, olives noires, moutarde
Sombrero : haricots rouge, mayonnaise, tomates, maïs, curry
Taboulé à l'orientale : blé bio, tomates, concombre, poulet, raisins, poivrons, menthe, oignons, citron, curcuma, paprika, raz el hanout
Taboulé libanais : boulgour, tomates, concombre, poivrons, oignons, menthe, amandes effilées, persil plat, curcuma, paprika
Toscane : tomates, fonds d'artichauts, poivron, olives noires, mozzarella, basilic
Vendéenne : haricots blancs, poitrine de porc, emmental, oignons, persil plat, ail
Vietnamienne : poivron, riz thaï parfumé, carottes, vinaigrette, dos de colin, sauce soja, coriandre, ail
Vosgienne : pommes de terre, cervelas, oignons, persil plat

CARTE DE REMPLACEMENT

Chaque élément du menu peut être remplacé par un élément ci-dessous :

Entrée	Plat	Accompagnement	Fromage ou dessert
Betteraves Charcuterie Salade de tomates Œuf mayonnaise	Jambon blanc Poisson pané Steak haché Omelette nature Escalope Cordon Bleu	Haricots verts Pommes de terre rissolées Pommes vapeur Pâtes Riz Purée	Crème dessert Fromage blanc Yaourt Compote de pommes

	lundi 29	mardi 30	mercredi 31	jeudi 1er	vendredi 2	samedi 3	dimanche 4
Déjeuner	Salade de hareng Daube de boeuf Carottes vichy Fruit de saison Salade de haricots verts et oeuf dur Cuisse de pintade cocotte Pâtes coquillettes emmental Ile flottante	Coeurs de palmiers et maïs Tartiflette compris dans le plat pomme cuite Salade antillaise Quiche au saumon et brocoli maison Salade verte Yaourt aux fruits	Salade coleslaw Langue de veau aux deux moutardes Pâtes BIO fusilliset emmental râpé Fruit de saison Salade mexicaine Dos de colin-lieu sauce oseille courgettes persillées Liégeois au café	Salade de penne à la Romana BIO Navarin d'agneau Jardinière de légumes Eclair à la vanille Asperges à la vinaigrette Omelette aux oignons et à la tomate Pommes de terre vapeur persillées Compote	Quiche Lorraine* Filet de limande meunière*et son citron Ratatouille Crème dessert au chocolat Salade de tomate et maïs à la vinaigrette Sauté de veau citron olives Semoule BIO Fruit de saison	Segments de pomelos* Colombo de dinde Riz BIO pilaf Liégeois à la vanille Œuf dur à la mayonnaise Endives au jambon Label Rouge compris dans le plat Cocktail de fruits au sirop léger	Saucisson sec* et cornichon Crêpinette de porc sauce tomate Purée de chou-fleur Tartelette aux myrtilles Avocat à la mayonnaise Fricassée de poulet aux deux poivres Polenta crémeuse Fruit de saison
Dîner	potage fait maison Fromage brique croûte / Petits suisses	potage fait maison Edam / yaourt nature	potage fait maison Saint Paulin / Yaourt nature	potage fait maison Coulommiers / Fromage blanc	potage fait maison Munster AOP / Faisselle	potage fait maison From. laits mélangés/petits suisses	potage fait maison Pont l'Evêque AOP/yaourt nature
	lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9	samedi 10	dimanche 11
Déjeuner	Menu de Pâques: Museau à la Lyonnaise Navarin d'agneau aux raisins secs Subric de pommes de terre Pâtisserie de Pâques	Chou blanc râpé à l'ananas Paëlla au poulet compris dans le plat Abricots au sirop léger Œuf dur à la mayonnaise* Quiche aux trois fromages maison Salade verte Crème dessert praliné	Noix de jambon fumé* et son beurre Dos de cabillaud sauce beurre blanc Haricots verts persillés Salade de fruits frais maison Radis et beurre Tortellinis sauce tomate emmental compris dans le plat Flan gélatiné nappé caramel	Taboulé BIO Omelette* au fromage Mousseline d'épinards Mousse au café Concombre à la vinaigrette Sauté de veau marengo Riz BIO pilaf Fruit de saison	Tomate et maïs à la vinaigrette Rôti de porc sauce ciboulette Lentilles BIO à la paysanne Fruit de saison Pizza au fromage* Filet de colin meunière et son citron Purée Crécy Petits suisses fruités	Céleri rémoulade Boulettes d'agneau* sauce provençale Polenta crémeuse Liégeois au chocolat Terrineaux deux poissons Saucisse de Toulouse Ratatouille Compote	Salade des îles Cuisse de pintade sauce chasseur Gratin de courgettes Charlotte aux poires Salade de coeurs de palmiers et maïs Rôti de boeuf sauce échalote Pâtes fusillis BIO et emmental râpé Fruit de saison
Dîner	potage fait maison Comté AOP	potage fait maison Mimolette/Petits suisses nature	potage fait maison Camembert/Fromage blanc nature	potage fait maison Gouda/Yaourt nature	potage fait maison Bûchette laits mélangés/Yaourt nature	potage fait maison Brie/Faisselle	potage fait maison Cantal AOP/Petits suisses nature
	lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16	samedi 17	dimanche 18
Déjeuner	Saladeaux deux racines Boeuf aux oignons Pommes de terre vapeur persillées Fruit de saison Pâté de lapin* et cornichon Fricassée de poulet sauce suprême Petits pois à la française Ile flottante	Salade finlandaise Quiche Lorraine maison Salade verte Crème dessert au caramel Carottes râpées citronnette Dos de colin-lieu sauce ensoleillée Riz BIO pilaf Pêcheau sirop léger	Maquereau à la moutarde* Saucisses de Francfort* Purée de brocolis Clafoutis aux cerises Salade de haricots verts et œuf dur Blanquette de dinde Pâtes BIO coquillettes et emmental râpé Compote	Concombre à l'estragon Couscous compris dans le plat Liégeois au café Feuilleté à la bolognaise Jambon blanc sauce Madère Poêlée méridionale maison Pruneaux d'Agen au vin	Avocat à la mayonnaise Cœur de merlu sauce citron Riz BIO pilaf Fruit de saison Salade bien-être BIO Steak haché sauce poivre Purée de céleri Yaourt aux fruits	Lentilles BIO à la vinaigrette Cuisse de canette façon grand-mère Navets et carottes persillés Tartelette tatin Champignons à la grecque Œufs à la bérrichonne Pommes dauphines Fruit de saison	Asperges à la vinaigrette Rôti de veau sauce napolitaine Pâtes BIO macaronis et emmental râpé Crème renversée Taboulé BIO au thon Fondant de porc royal aux pruneaux Haricots beurre persillés Fruit de saison
Dîner	potage fait maison Montboissier / Fromage blanc nature	potage fait maison Bûche des Dômes / Yaourt nature	potage fait maison Coulommiers / Faisselle	potage fait maison Saint Nectaire AOP / Fromage blanc natu	potage fait maison Carré de l'Est / Petits suisses nature	potage fait maison Emmental / Yaourt velouté nature	potage fait maison Munster AOP / Yaourt nature
	lundi 19	mardi 20	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23	samedi 24	dimanche 25
Déjeuner	Salade créole Rôti de boeuf sauce marchand de vin Endives braisées Crème dessert café Céleri rémoulade Omelette aux herbes Pommes boulangères Poire cuite sauce chocolat	Saucisson à l'ail* et cornichon Dos de colin-lieu sauce à l'aneth Purée de courgettes Salambo Salade de betteraves à la vinaigrette Spaghettis bolognaise et emmental râpé compris dans le plat Compote	Carottes râpées à la vinaigrette Andouillette de canard confit d'oignons Frites au four* Mousse au chocolat Œuf dur à la mayonnaise Gigot d'agneau froid juste rôti Bouquetière de légumes Fruit de saison	Salade américaine Normandin de veau*sauce forestière Pâtes BIO fusillis et emmental râpé Riz au lait maison Salade landaise Croque Monsieur maison Salade verte Fruit de saison	Quiche au fromage* Travers de porc sauce miel Gratin de chou-fleur Cocktail de fruits au sirop léger Tomate persillée à la vinaigrette Filet de limande meunière Riz BIO pilaf Liégeois à la vanille	Salade italienne BIO Cuisse de pintade sauce normande Petits pois à la française Crème dessert praliné Salade des Flandres Cassoulet compris dans le plat Fruit de saison	Chou rouge au lard Sauté de boeuf au paprika Riz BIO pilaf Tarte fondante au chocolat Salade de hareng Escalope de dindonneau à la viennoise* Crèmeux de haricots verts Fruit de saison
Dîner	potage fait maison Fromage brique/ Petits suisses nature	potage fait maison Edam / Yaourt nature	potage fait maison Chèvre / Yaourt velouté nature	potage fait maison Brie / Fromage blanc nature	potage fait maison Saint Paulin / Yaourt nature	potage fait maison Gouda / Faisselle	potage fait maison Montboissier / Fromage blanc
	lundi 26	mardi 27	mercredi 28	jeudi 29	vendredi 30	samedi 1er mai	dimanche 2 mai
Déjeuner	Crevettes* et beurre Sauté de veau citron olives Légumes ensoleillés Pruneaux d'Agen à la cannelle Macédoine mayonnaise Petit salé aux lentilles BIO compris dans le plat Flan gélatiné nappé caramel	Segments de pomelos* Rognons de boeuf sauce moutarde Polenta crémeuse Yaourt aux fruits Salade mexicaine Cœur de merlu sauce dieppoise Jardinière de légumes Poire au sirop léger	Œuf dur à la mayonnaise Cuisse de lapin cocotte Carottes à la crème Fruit de saison Concombre à la vinaigrette Tomates farcies Riz BIO pilaf Mousse aux marrons	Salade atlantique Fondant de porc au romarin Salsifis persillés Douceur tiramisu Salade aux deux racines Merguez Semoule Fruit de saison	Radis et beurre Brandade de morue compris dans le plat Compote Pizza au fromage* Jambon blanc Label Rouge Ratatouille Semoule au lait	Menu du 1er MAI Salade frisée aux lardons et aux croûtons Rôti de boeuf sauce cognac Tagliatelles au beurre Framboisier	Salade coleslaw Fricassée de poulet mariné Riz BIO pilaf Mousse au chocolat Pâté de campagne* et cornichon Omelette Mousseline d'épinards Fruit de saison
Dîner	potage fait maison Emmental / Fromage blanc	potage fait maison Cantal AOP / Faisselle	potage fait maison Camembert / Yaourt nature	potage fait maison Bûche des Dômes / Fromage blanc	potage fait maison Carré de l'Est / Yaourt velouté nature	potage fait maison Coulommiers	potage fait maison Saint Nectaire / Petits suisses nature

Cochez le menu choisi - N'hésitez pas à panacher les deux menus.

Menu léger = entrée ou dessert + plat + garniture

Menu simple = entrée + plat + garniture + dessert

Menu complet = entrée + plat + garniture + dessert + potage + laitage

LR: label rouge Vbf:viande bovine française Bio:biologique sce: sauce From.blanc:Fromage blanc

En raison d'un approvisionnement manquant, de perturbations climatiques et/ou d'autres incidents de dernière minute (maladie du personnel...), le cuisinier pourra être amené à modifier le menu. Merci de nous excuser pour la gêne occasionnée.

