Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 10 du 4 au 10 mars 2024 | MENUS SANS SEL | A remettre avant le 15/02/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Salade composée du jour M Poitrine de porc farcie LVF M Riz au curry M Fromage Samos Fruit de saison	Potage M Taboulé aux agrumes Pizza aux fromages M Poêlée de légumes grillés M Moulé ail et fines herbes Crème dessert chocolat	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade du pêcheur Sauté de dinde LVF M Cordiale de légumes Fromage Saint Nectaire Mousse au café	Potage M Tartare Tzatziki Pané de hoki Pâtes M Fromage Chanteneige Kiwi	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Betteraves au maïs M Filet de poulet citronné M Poêlée campagnarde M Fromage Rondelé nature Compote de pomme	Potage M Salade coleslaw Cœur de Merlu blanc M Julienne de légumes Fromage Cantal Riz au lait nature	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Assiette du chef M Rôti de veau M Boulgour M Fromage Tome blanche Fruit de saison	Potage M Salade de tomates au basilic M Filet de lieu noir Flan de courgettes BIO M Fromage Six de savoie Yaourt nature	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade de blé aux légumes Tagliatelles au boeuf (PC) M Fromage Gouda Crème dessert caramel	Potage M Lentilles en salade M Tomato Fish Haricots beurre persillés BIO M Moulé ail et fines herbes Banane	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Asperges Alouette de bœuf à la tomate M Poêlée de légumes verts M Moulé ail et fines herbes Mousse au chocolat au lait	Potage M Salade duo de légumes Filet de merlu M Riz pilaff M Fromage Leerdammer Compote pomme framboise	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Tartare de courgettes Tripes M Carottes à la ciboulette Fromage Beignet chocolat noisettes	Potage M Sardine à l'huile Poisson citronné Purée BIO M Laitage Beignet chocolat noisettes	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

M : Fabriqué Maison | LVF: Labellisé Viande Française | (PC) : plat complet

Nom, Prénom ……

Commune : ……

Semaine 11 du 11 au 17 mars 2024 | MENUS SANS SEL | A remettre avant le 15/02/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Entrée du jour M Civet de porc provençal LVF M Poêlée brocolis et champignons M Fromage Saint Morêt BIO Fruit de saison	Potage M Salade de riz niçoise M Filet de lieu citronné M Ebly aux oignons M Fromage Moulé nature Yaourt nature	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MARDI	Potage M Salade composée du jour M Chou farci au porc et légumes Coquillettes ciboulette crème M Fromage Gouda Yaourt aux fruits	Potage M Salade de pâtes M Poisson blanc tomate mozza M Haricots verts sautés BIO M Fromage Saint Bricet Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
MERCREDI	Potage M Tartare de courgettes Escalope de volaille panée Poêlée champêtre M Fromage Carré 1/2 sel BIO Banane	Potage M Œuf dur mayonnaise Poisson du jour Méli mélo céréales légumes secs M Fromage Saint Paulin Compote de poire	REPAS LIVRÉ LE MARDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
JEUDI	Potage M Quiche aux poireaux Brochette dinde sauce basquaise M Pommes de terre rosty Fromage Tome noire Compote	Potage M Carottes râpées BIO Saumonette sauce Bonne Femme M Trio de légumes M Fromage P'tit louis coque vache Mousse au chocolat noir BIO	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
VENDREDI	Potage M Assiette paysanne M Œuf farci chimay M Salsifis au jus M Fromage Brebicrème Fruit de saison	Potage M Salade grecque Poisson du jour Purée de pois cassés M Fromage Cantal Yaourt aux fruits BIO	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
SAMEDI	Potage M Salade de perles au saumon fumé Tortillas pommes de terre oignons M Brunoise de légumes M Fromage Moulé nature Liégeois vanille caramel	Potage M Salade composée du jour M Quenelles de brochet M Piperade de légumes M Fromage Emmental Kiwi	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	MENU A ☐	**MENU B ☐**	
DIMANCHE	Potage M Asperges Rôti de dinde sauce forestière M Poêlée forestière M Fromage Eclair au café	Potage M Salade Bombay Dos de colin Pommes de terre persillées M Laitage Eclair au café	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	**TOTAL MENU B ☐**	

M : Fabriqué Maison | LVF: Labellisé Viande Française | (PC) : plat complet

Nom, Prénom ……

Commune : ……

Semaine 12 du 18 au 24 mars 2024 | MENUS SANS SEL | A remettre avant le 15/02/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Crudités du jour M Sauté de volaille LVF Boulgour aux poivrons M Fromage Cantafrais Compote pomme poire	Potage M Betteraves à l'échalotte Brandade de poissons (PC) Fromage Edam Fruit de saison	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	Potage M Salade composée du jour M Escalope de porc au poivre LVF M Poêlée de légumes méridionale M Fromage Babybel Crème dessert vanille BIO	Potage M Quiche tomate et chèvre Filet de lieu noir M Pâtes papillons M Fromage Rondelé nature Compote de pomme	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	Potage M Salade composée du jour M Rôti de bœuf LVF M Pommes de terre persillées M Fromage Tartare nature Fruit de saison	Potage M Maïs et soja en salade Calamars à la romaine Choux fleur en gratin BIO M Fromage Tome blanche Yaourt aux fruits BIO	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	Potage M Entrée du jour M Boules d'agneau forestière M Poêlée de légumes ardéchoise M Fromage Cantal Crème dessert café	Potage M Salade Asiatique M Filet de poisson à la provençale M Petits pois aux oignons BIO M Fromage Saint Bricet Mousse au citron	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	Potage M Céleri rémoulade Paupiette de lapin persillée M Macaronis au beurre M Fromage Emmental Fruit de saison	Potage M Terrine fraîcheur Bouchée aux fruits de mer M Carottes à la crème M Fromage Bleu douceur Liégeois vanille caramel	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	Potage M Salade impériale M Cassoulet au porc (PC) LVF M Fromage Boursin ail fines herbes Yaourt à la vanille BIO	Potage M Asperges Filet de poisson à l'emmental M Riz au curry M Fromage Saint Paulin Compote pomme abricot	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	Potage M Œuf dur mayonnaise Poulet au lait de coco LVF M Flageolets M Fromage Paris Brest	Potage M Taboulé aux petits légumes Dos de colin aux câpres M Brocolis au jus BIO M Fruit de saison Paris Brest	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

M : Fabriqué Maison | LVF: Labellisé Viande Française | (PC) : plat complet

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 13 du 25 au 31 mars 2024 — MENUS SANS SEL — A remettre avant le 15/02/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Betteraves en salade M Lasagnes provençales lentilles (PC) Fromage Gouda Fruit de saison	Potage M Cœurs de palmier Filet de colin rôti M Petits pois carottes BIO M Fromage Rondelé ail et fines herbes Yaourt saveur	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	Potage M Salade composée du jour Boudin noir aux pommes LVF M Courgettes persillées Fromage Saint Paulin Compote pomme fraise	Potage M Salade Grecque Saumonette M Galettes de légumes Fromage Saint Bricet Chocolat liégeois	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	Potage M Tarte aux légumes Poulet basquaise LVF M Carottes au curry BIO M Fromage Samos Kiwi	Potage M Salade Bombay Poisson pané Purée de pommes de terre M Fromage Cantal Yaourt sucré	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	Potage M Asperges Chausson bolognaise Pâtes Pene Regate au beurre M Fromage Tome noire Yaourt aromatisé BIO	Potage M Tartare mini ratatouille Poisson tomate mozzarella M Poêlée de légumes M Fromage Société crème Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	Potage M Crudités du jour Civet de porc LVF M Haricots verts persillés BIO M Fromage Cantal Yaourt aux fruits	Potage M Salade de fonds d'artichauts Poisson du jour Riz sauce tomate M Fromage Rondelé ail et fines herbes Fromage blanc nature BIO	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI - DIMANCHE ET LUNDI
SAMEDI	Potage M Salade concombre ciboulette Steak haché Piperade de légumes M Fromage Edam Banane	Potage M Salade Medina Colin lieu grenobloise M Pâtes Torti aux épinards M Fromage le Carré Président Yaourt sucré BIO	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	Potage M Tartare de saumon Ribs d'agneau Nid de pommes de terre Fromage Fondant au chocolat	Potage M Entrée du jour Filet de saumon Fondu de poireaux Laitage Fondant au chocolat	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

M : Fabriqué Maison — LVF: Labellisé Viande Française — (PC) : plat complet