Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 18 du 29 avril au 05 mai 2024 — MENUS SANS SEL SANS SUCRE — A remettre avant le 15/04/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Crudités du jour M Sauté de volaille LVF Boulgour aux poivrons M Fromage Cantafrais Purée de poire	Potage M Betteraves à l'échalotte Brandade de poissons (PC) Fromage Edam Fruit de saison	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade composée du jour M Escalope de porc au poivre LVF M Poêlée de légumes méridionale M Fromage Babybel Laitage sans sucre	Potage M Quiche tomate et chèvre Filet de lieu noir M Pâtes papillons M Fromage Rondelé nature Purée de pomme	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	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 M Fromage Tome blanche Fromage blanc nature	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Entrée du jour M Boules d'agneau forestière M Poêlée de légumes ardéchoise M Fromage Cantal Laitage nature	Potage M Salade penne 5 légumes M Filet de poisson à la provençale M Riz basmati M Fromage Saint Bricet Compote sans sucre	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Céleri rémoulade Paupiette de lapin persillée M Macaronis au beurre M Fromage Emmental Fruit de saison	Potage M Terrine fraîcheur Pavé de saumon Carottes à la crème M Fromage Bleu douceur Fromage blanc nature	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade piémontaise M Tortellonis (PC) M Fromage Boursin ail fines herbes Yaourt nature	Potage M Asperges Filet de poisson à l'emmental M Petits pois aux oignons BIO M Fromage Saint Paulin Compote sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Œuf dur mayonnaise Poulet au lait de coco LVF M Flageolets M Fromage Pâtisserie sans sucre	Potage M Taboulé oriental Dos de colin aux câpres M Brocolis au jus BIO M Fruit de saison Pâtisserie sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

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

Nom, Prénom ……

Commune : ……

Semaine 19 du 06 au 12 mai 2024 | MENUS SANS SEL SANS SUCRE | A remettre avant le 15/04/2024

	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 Purée de pommes de terre M Fromage Rondelé ail et fines herbes Yaourt nature	LIVRAISON DES REPAS DE LUNDI ET MARDI
MARDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade composée du jour Boudin noir aux pommes LVF M Pommes de terre rissolées M Fromage Saint Paulin Purée de pomme	Potage M Salade Grecque Poisson pané Galettes de légumes Fromage Saint Bricet Yaourt nature BIO	LIVRAISON DES REPAS DE MERCREDI ET JEUDI
MERCREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Tarte aux légumes Poulet persillé M Petits pois carottes BIO M Fromage Samos Kiwi	Potage M Salade Bombay Saumonette M Carottes au curry BIO M Fromage Cantal Laitage sans sucre	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Asperges Chausson bolognaise Pommes de terre vapeur M Fromage Tome noire Laitage sans sucre	Potage M Tartare mini ratatouille Poisson tomate mozzarella M Poêlée de légumes M Fromage Société crème Fruit de saison	REPAS LIVRÉ LE MARDI
VENDREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Crudités du jour Porc aux pruneaux semoule (PC) Fromage Cantal Yaourt nature	Potage M Salade de fonds d'artichauts Riz pêcheur crevettes (PC) Fromage Rondelé ail et fines herbes Fromage blanc nature BIO	LIVRAISON DES REPAS DE VENDREDI - SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade concombres ciboulette Chili con carne (PC) Fromage Edam Banane	Potage M Salade Medina Omelette pâtes et légumes (PC) Fromage le Carré Président Yaourt nature BIO	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Terrine de saumon Risotto au poulet (PC) Fromage Pâtisserie sans sucre	Potage M Salade coleslaw Colin purée de pois cassés (PC) Laitage Pâtisserie sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

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

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 20 du 13 au 19 mai 2024 — MENUS SANS SEL SANS SUCRE — A remettre avant le 15/04/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Entrée du jour M Poulet sauté chasseur M Courgettes persillées M Fromage Rondelé nature Purée de pomme	Potage M Betteraves à l'échalotte M Filet de colin sauce crème M Petits légumes M Fromage Gouda Bulgy nature	LIVRAISON DU REPAS DU LUNDI
MARDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade composée du jour M Blanquette de veau LVF M Haricots beurre M Fromage Croq lait Laitage sans sucre	Potage M Carottes râpées BIO Pavé de dorade aux épices M Pommes de terre vapeur M Fromage Tome blanche Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE MARDI ET MERCREDI
MERCREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Crudités du jour M Œuf à la béchamel Lentilles M Fromage Emmental Laitage nature	Potage M Salade de pois chiches Poisson à la bordelaise Gratin de céleris M Camembert Purée de pomme	REPAS LIVRÉ LE MARDI
JEUDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Céleri mayonnaise Raviolis au boeuf (PC) Fromage Fraidou Fruit de saison	Potage M Salade composée du jour M Filet de merlu citronné M Epinards BIO M Fromage Leerdammer Yaourt nature	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade piémontaise Paupiette de volaille M Poêlée forestière M Vache qui rit Laitage sans sucre	Potage M Salade de quinoa aux légumes Lasagnes ricotta épinards (PC) Fromage Saint Paulin Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI - DIMANCHE ET LUNDI
SAMEDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Asperges Salmis de pintade rôti M Poêlée brocolis et champignons M Tartare ail et fines herbes Fruit de saison	Potage M Brocolis mimosa BIO M Poisson aux amandes Riz sauce tomate M Fromage Bleu douceur Laitage sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M 1/2 poireaux vinaigrette Hachis parmentier (PC) M Fromage Pâtisserie sans sucre	Potage M Taboulé aux raisins Steak de thon basquaise M Jardinière de légumes M Laitage nature Pâtisserie sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

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

Nom, Prénom .....

Commune : .....

Semaine 21 du 20 au 26 mai 2024 — MENUS SANS SEL SANS SUCRE — A remettre avant le 15/04/2024

	MENU A ☐	MENU B ☐	LIVRAISON
LUNDI	Potage M Assiette du chef M Burger de poulet Pâtes coudes rayées M Fromage Carré Président Fruit de saison	Potage M Macédoine de légumes mayo M Poisson pané Haricots verts sautés BIO M Fromage Brebicrème Laitage sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI 17 MAI
MARDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Champignons à la grecque Cannellonis (PC) M Fromage Kiri Laitage sans sucre	Potage M Salade de fonds d'artichauts M Tomato fish M Poêlée Campagnarde M Fromage Saint Nectaire Fruit de saison	LIVRAISON DU REPAS DU MARDI
MERCREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade de lentilles corail Boudin noir Julienne de légumes M Fromage Saint Nectaire Laitage nature	Potage M Pizza M Filet poisson crème oignons M Pommes de terre rosty Fromage Samos Banane	LIVRAISON DU REPAS DU MERCREDI
JEUDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade composée du jour Sauté de veau marengo LVF M Pommes campagnardes Fromage Gouda BIO Compote sans sucre	Potage M Céleri Poisson du jour Poêlée de légumes M Fromage Carré Président Yaourt nature	LIVRAISON DES REPAS DE JEUDI ET VENDREDI
VENDREDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade Medina Cassoulet saucisse (PC) M Fromage Carré Président Laitage sans sucre	Potage M Salade de pâtes au Gaspacho Poisson du jour Poêlée de petits légumes M Fromage Cantal Fruit de saison	LIVRAISON DES REPAS DE SAMEDI ET DIMANCHE
SAMEDI	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Salade piémontaise Omelette au Fromage M Brocolis aux oignons M Fromage Emmental Fruit de saison	Potage M Betteraves à l'échalotte M Dos de colin M Coquillettes au beurre M Fromage Carré Président Fromage blanc nature	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Carottes râpées BIO Paëlla valencienne (PC) Fromage Pâtisserie sans sucre	Potage M 1/2 pamplemousse Filet de poisson meunière M Boulgour aux poivrons M Laitage Pâtisserie sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

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

Nom, Prénom .....

Commune : .....

VITAME

Semaine 22 du 27 mai au 02 juin 2024 | MENUS SANS SEL SANS SUCRE | A remettre avant le 15/04/2024

	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 Laitage sans sucre	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 Laitage sans sucre	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 Purée de pomme	Potage M Salade coleslaw Cœur de Merlu blanc M Julienne de légumes Fromage Cantal Laitage 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 Dos de colin 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 Laitage sans sucre	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 Yaourt nature	Potage M Salade duo de légumes Filet de merlu M Riz pilaff M Fromage Leerdammer Purée de pomme	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
DIMANCHE	MENU A ☐	MENU B ☐	
	Potage M Tartare de courgettes Tripes M Carottes à la ciboulette Fromage Pâtisserie sans sucre	Potage M Sardine à l'huile Poisson citronné Purée BIO M Laitage Pâtisserie sans sucre	REPAS LIVRÉ LE VENDREDI
	TOTAL MENU A ☐	TOTAL MENU B ☐	

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