

ORDRE : 2



Votre Agence BORDEAUX NORD

05 57 10 70 03
1 rue du professeur
Dangeard
33300 BORDEAUX

Votre diététicien(ne)

Plats en gras

suggestions de
votre diététicien(ne)



Facile à manger

Des textures adaptées
à tous les besoins



Plat Complet



Contient du porc



A consommer froid



GAMME PLAISIR : UN CHOIX DE MENUS TRADITIONNELS,
« COMME À LA MAISON »

Cliente : MODELE MIDI 5 Régime Diabétique

lundi 29 Septembre		mardi 30 Septembre		mercredi 01 Octobre	
Livraison lundi 29 Septembre		Livraison mardi 30 Septembre		Livraison mercredi 01 Octobre	
Midi 5 Diab Salé		Midi 5 Diab Salé		Midi 5 Diab Salé	
Midi Entrée					
Terrine de campagne & condiment	1	Oeufs durs vinaigrette	1	Timbale de cereales	1
Salade verte aux croutons ailles		Terrine de legumes		Concombre sauce bulgare	
Salade de perles aux petits legumes		Carottes cuites au cumin		Maquereau au vin blanc	
Creme de butternut		Potage maraicher		Potage julienne	
Potage vermicelles		Potagere de legumes		Potage parmentier	
Midi Plat					
Paleron de boeuf braise	1	Aiguillettes de poulet crousty	1	Saute de dinde au paprika	1
Cote de porc au jus au thym		Quiche aux legumes		Boulettes de boeuf sauce au poivre	
Roulade de poireaux au saumon		Filet de poisson meuniere		Dos de colin poche	
Pave de saumon grille		Tortilla aux pommes de terre			
Midi Garniture					
Pommes de terre facon boulangere & poelee de champignons de paris en persillade	1	Pommes de terre en persillade & haricots verts en persillade	1	Poelee de legumes facon wok	1
Ble au beurre & fondue de poireaux		Haricots verts braises		Coquillettes & blettes en persillade	
Fondue de poireaux		Julienne de legumes		Blettes braisees	
Poelee de champignons de paris en persillade		Pommes de terre vapeur		Coquillettes	
Pommes de terre facon boulangere				Ecrase de pommes de terre	
Puree de haricots verts					
Midi Laitage					
Tomme noire	1	Petits suisses nature	1	Buche du pilat	1
Chavroux		Pave d'affinois		Tomme grise	
Saint moret		Saint paulin		Faisselle	
Fromage blanc s/sucre		Yaourt nature s/sucre		Yaourt nature s/sucre	
Yaourt nature s/sucre					
Midi Dessert					
Fruit de saison	1	Riz au lait s/sucre	1	Fruit de saison	
Arlequin de fruits s/sucre		Puree de fruits s/sucre		Arlequin de fruits s/sucre	1
Plats Supplémentaires					
Pain	1	Pain	1	Pain	1

Signature client :

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

www.les-menus-services.com

ORDRE : 2



LA CONFIANCE À DOMICILE



**GAMME PLAISIR : UN CHOIX DE MENUS TRADITIONNELS,
« COMME À LA MAISON »**

VOS CHOIX DE MENUS

A retourner avant le mardi 09 septembre

Cliente : MODELE MIDI 5 Régime Diabétique

jeudi 02 Octobre

Livraison jeudi 02 Octobre

Midi 5 Diab Salé

vendredi 03 Octobre

Livraison jeudi 02 Octobre

Midi 5 Diab Salé

samedi 04 Octobre

Livraison vendredi 03 Octobre

Midi 5 Diab Salé

dimanche 05 Octobre

Livraison vendredi 03 Octobre

Midi 5 Diab Salé

Midi Entrée

Tomates vinaigrette balsamique	1	Lentilles aux oignons rouges et persil	1	Crepe doree a l'emmental	1	Salade verte aux lardons et croutons	1
Cœurs de palmier vinaigrette		Julienne de radis noir vinaigrette persillée		Betteraves vinaigrette		Duo de celeri et carottes sauce bulgare	
Salade de pommes de terre au cervelas		Concombre sauce bulgare		Duo de charcuterie		Cœurs de palmier vinaigrette	
Crème de légumes		Crème de champignons		Veloute de légumes		Crème de volaille	
Potage cultivateur		Potage alphabet		Veloute napolitain		Potage tapioca	

Midi Plat

Quiche aux trois fromages	1	Filet de lieu et cremeux de citron	1	Paupiette de veau au jus	1	Cuisse de pintade sauce normande	1
Pilons de poulet		Filet de lieu poché		Pièce de bœuf hachée aux échalotes		Cake à la feta et aux épinards	
Eminces de porc aux herbes		Gnocchi aux éminces de porc crème moutardée		Brandade de poisson au persil		Calamars à l'armoricaine	
Dos de merlu poché		Haut de cuisse de poulet grillé		Filet de cabillaud sauce vierge		Filet de poisson poché	

Midi Garniture

Salade verte	1	Carottes braisées	1	Haricots beurre persilles	1	Tagliatelles aux petits légumes	1
Des de butternut aux épices douces		Boullgour créole		Salade verte		Riz créole & poelée de poivrons	
Risotto		Riz basmati		Ble pilaf		Petits légumes braisés	
Purée de celeri		Purée de carottes		Purée de patate douce		Riz créole	
						Tagliatelles au beurre	
						Purée de courgettes	

Midi Laitage

Fromage blanc s/sucre	1	Camembert	1	Petits suisses nature	1	Comte	1
Mimolette		Bûche de chèvre		Gouda		Emmental	
Petit fromage frais ail et fines herbes		Faisselle		Montcadi croustie noire		Petit fromage fondu	
Petits suisses nature		Yaourt nature s/sucre		Fromage blanc s/sucre		Faisselle	
				Fourme d'ambert		Petits suisses nature	

Midi Dessert

Purée de fruits s/sucre	1	Fruit de saison	1	Purée de fruits s/sucre	1	Arlequin de fruits s/sucre	1
Fruit frais s/sucre		Pêche au four s/sucre					

Plats Supplémentaires

Pain	1	Pain	1	Pain	1	Pain	1
-------------	----------	-------------	----------	-------------	----------	-------------	----------

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

www.les-menus-services.com