

ORDRE : 3



## 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 Normal

| lundi 20 Octobre<br>Livraison lundi 20 Octobre<br>Midi 5 Normal Salé |   | mardi 21 Octobre<br>Livraison mardi 21 Octobre<br>Midi 5 Normal Salé |   | mercredi 22 Octobre<br>Livraison mercredi 22 Octobre<br>Midi 5 Normal Salé |   |
|----------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------|---|
| Midi Entrée                                                          |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Julienne de carottes aux<br>echalotes                                | 1 | Feuillete au fromage                                                 | 1 | Celeri remoulade                                                           | 1 |
| Houmous                                                              |   | Salade de boulgour aux petits<br>legumes                             |   | Rillettes de thon a la tomate                                              |   |
| Timbale de cereales aux<br>augrumes                                  |   | Oeufs durs vinaigrette                                               |   | Salade de pommes de terre<br>ciboulette                                    |   |
| Potage alphabet                                                      |   | Mouline campagnard                                                   |   | Creme dubarry                                                              |   |
| Veloute de legumes                                                   |   | Potagere de legumes                                                  |   | Soupe minestrone                                                           |   |
| Midi Plat                                                            |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Paupiette de veau a la creme                                         | 1 | Haut de cuisse de poulet grille                                      | 1 | Travers de porc laque au<br>miel                                           | 1 |
| Roulade d'endives au<br>jambon gratinee sauce<br>mornay              |   | Quiche aux legumes                                                   |   | Roti de boeuf sauce vigneronne                                             |   |
| Mijote de dinde facon marengo                                        |   | Filet de poisson meuniere                                            |   | Aiguillettes de poulet crousty                                             |   |
| Dos de colin poche                                                   |   | Tortilla aux pommes de terre                                         |   | Filet de merlu aux epices du soleil                                        |   |
| Midi Garniture                                                       |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Semoule a l'huile d'olive                                            | 1 | Haricots beurre persillade                                           | 1 | Macaronis au beurre                                                        | 1 |
| Brocolis persillade                                                  |   | Pommes de terre                                                      |   | Courgettes roties                                                          |   |
| Endives braisees                                                     |   | Carottes braisees                                                    |   | Ecrase de butternut                                                        |   |
| Ecrase de pommes de terre au<br>fromage frais                        |   |                                                                      |   | Poelee de legumes                                                          |   |
| Midi Laitage                                                         |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Saint nectaire                                                       | 1 | Petits suisses nature                                                | 1 | Gouda                                                                      | 1 |
| Brie                                                                 |   | Petit fromage fondu                                                  |   | Bleu                                                                       |   |
| Bonbel                                                               |   | Rondele nature ®                                                     |   | Carre demi-sel                                                             |   |
| Veloute fruit                                                        |   | Fromage blanc au miel                                                |   | Petit suisse aromatise                                                     |   |
| Fromage blanc s/sucre                                                |   | Saint paulin                                                         |   | Fromage blanc s/sucre                                                      |   |
| Yaourt nature s/sucre                                                |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Midi Dessert                                                         |   |                                                                      |   |                                                                            |   |
| Creme dessert pralinee                                               | 1 | Fruit de saison                                                      | 1 | Flan au chocolat                                                           | 1 |
| Brownie au chocolat                                                  |   | Semoule au lait                                                      |   | Tarte aux poires                                                           |   |
| Riz au lait au caramel                                               |   | Cocktail de fruits au sirop                                          |   | Abricots au sirop                                                          |   |
| Compote de pommes                                                    |   | Compote de fruits                                                    |   | Compote de pommes                                                          |   |
| 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](http://www.les-menus-services.com)

ORDRE : 3



LA CONFIANCE À DOMICILE



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

## VOS CHOIX DE MENUS

A retourner avant le lundi 29 septembre

Cliente : MODELE MIDI 5 Régime Normal

**jeudi 23 Octobre**

Livraison jeudi 23 Octobre  
Midi 5 Normal Salé

**vendredi 24 Octobre**

Livraison jeudi 23 Octobre  
Midi 5 Normal Salé

**samedi 25 Octobre**

Livraison vendredi 24 Octobre  
Midi 5 Normal Salé

**dimanche 26 Octobre**

Livraison vendredi 24 Octobre  
Midi 5 Normal Salé

| Midi Entrée                            |          |                                    |          |                                                     |          |
|----------------------------------------|----------|------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------|----------|
| <b>Betteraves sauce cassis et noix</b> | <b>1</b> | <b>Crepe doree a l'emmental</b>    | <b>1</b> | <b>Caviar de lentilles</b>                          | <b>1</b> |
| Batavia au surimi                      |          | Concombre vinaigrette              |          | Champignons a la grecque                            |          |
| Salade de penne au basilic             |          | Perles au pesto et petits legumes  |          | Endives aux croutons                                |          |
| Creme a l'oseille                      |          | Veloute de potiron                 |          | Maraichere de legumes                               |          |
| Tourin vermicelles                     |          | Veloute de tomates                 |          | Soupe de courgettes                                 |          |
| <b>Terrine de legumes sauce curry</b>  | <b>1</b> |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Midi Plat                              |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Saute de veau aux olives</b>        | <b>1</b> | <b>Filet de lieu poche</b>         | <b>1</b> | <b>Boulettes d'agneau au jus</b>                    | <b>1</b> |
| Poelee de blettes aux petits lardons   |          | Lasagnes de boeuf                  |          | Poelee de riz safranee aux moules et petits legumes |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Pizza royale                           |          | Filet de lieu sauce beurre blanc   |          | Filet de cabillaud sauce vierge                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Saumonette et citron                   |          | Oeufs farcis chimay                |          | Filet de poulet sauce choron                        |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Coq au vin</b>                      | <b>1</b> |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Midi Garniture                         |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Riz creole</b>                      | <b>1</b> | <b>Fondue de poireaux</b>          | <b>1</b> | <b>Poelee de legumes facon tajine</b>               | <b>1</b> |
| Pepinettes pilaf                       |          | Coquillettes au beurre             |          | Semoule parfume                                     |          |
| Haricots plats                         |          | Pommes de terre en robe des champs |          | Puree de panais                                     |          |
| Puree de haricots verts                |          | Puree de potiron                   |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Pommes de terre vapeur</b>          | <b>1</b> |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Midi Laitage                           |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Yaourt nature s/sucre</b>           | <b>1</b> | <b>Camembert</b>                   | <b>1</b> | <b>Faisselle</b>                                    | <b>1</b> |
| Saint nectaire                         |          | Mimolette                          |          | Fourme d'ambert                                     |          |
| Tomme blanche                          |          | Kiri                               |          | Babybel                                             |          |
| Buche de chevre                        |          | Petits suisses aux fruits          |          | Faisselle et miel                                   |          |
| Yaourt nature sucre                    |          | Fromage blanc s/sucre              |          | Emmental                                            |          |
| Polenta a la vanille s/sucre           |          | Petits suisses nature              |          | Petits suisses nature                               |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Edam</b>                            | <b>1</b> |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Midi Dessert                           |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Fruit de saison</b>                 |          | <b>Mousse au citron</b>            | <b>1</b> | <b>Pomme au four caramelisee</b>                    | <b>1</b> |
| <b>Compote de poires</b>               | <b>1</b> | Creme dessert speculoos            |          | Liegeois vanille                                    |          |
| Eclair au cafe                         |          | Gateau basque                      |          | Gaufre et coulis de chocolat                        |          |
| Compote de fruits                      |          | Compote pomme peche                |          | Compote pomme abricot                               |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Paris brest</b>                     | <b>1</b> |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |
| Plats Supplémentaires                  |          |                                    |          |                                                     |          |
| <b>Pain</b>                            | <b>1</b> | <b>Pain</b>                        | <b>1</b> | <b>Pain</b>                                         | <b>1</b> |
|                                        |          |                                    |          |                                                     |          |

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

[www.les-menus-services.com](http://www.les-menus-services.com)