



**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**

Signature client :

# VOS CHOIX DE MENUS

A retourner avant le lundi 20 octobre



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

**Client : MODELE MIDI 5 Régime Diabétique**

**lundi 10 Novembre**

Livraison lundi 10 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**mardi 11 Novembre**

Livraison lundi 10 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**mercredi 12 Novembre**

Livraison mercredi 12 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**Midi Entrée**

|                        |   |                                 |   |                                 |   |
|------------------------|---|---------------------------------|---|---------------------------------|---|
| Salade de riz          | 1 | Terrine de légumes              | 1 | Endives aux croutons            | 1 |
| Feuilleté au fromage   |   | Mirepoix de légumes vinaigrette |   | Surimi fromage blanc ciboulette |   |
| Chou rouge aux lardons | ☛ | Oeufs durs vinaigrette          |   | Lentilles à la coriandre        |   |
| Mouline du jardin      |   | Mouline du jardin               |   | Velouté de céleri               |   |
| Potage poireaux pdt    |   | Velouté de légumes              |   | Velouté de cresson              |   |

**Midi Plat**

|                          |   |                                  |   |  |   |
|--------------------------|---|----------------------------------|---|--|---|
| Blanc de poulet grille   | 1 | Escalope viennoise sauce tartare | 1 | Roti de porc braise                        | ☛ |
| Jambon grille aux herbes | ☛ | Haut de cuisse de poulet grille  |   | Saute de dinde au paprika                  |   |
| Estouffade bourguignonne |   | Filet de poisson meunière        |   | Duo de saumon et colin poches              |   |
| Filet de lieu roti       | ☛ | Tortilla aux pommes de terre     |   | Penne rigate aux crevettes et lait de coco |   |

**Midi Garniture**

|   |   |  |   |                                    |   |
|---|---|--|---|------------------------------------|---|
| Carottes vichy                                    | 1 | Pommes de terre vapeur & céleri braise | 1 | Ble & haricots verts en persillade | 1 |
| Pommes de terre façon boulangère & navets confits |   | Boulgour & julienne de légumes         |   | Fondue de poireaux                 | ☛ |
| Farfallé au beurre                                |   | Céleri braise                          |   | Haricots verts persillade          |   |
| Pommes de terre façon boulangère                  |   | Julienne de légumes                    |   | Ble pilaf                          |   |
| Purée de potiron                                  |   | Pommes de terre vapeur                 |   | Purée de carottes                  |   |

**Midi Laitage**

|                       |   |                       |   |                       |   |
|-----------------------|---|-----------------------|---|-----------------------|---|
| Emmental              | 1 | Petits suisses nature | 1 | Brie                  | 1 |
| Kiri                  |   | Saint paulin          |   | Bûche de chevre       |   |
| Fromage blanc s/sucre |   | Yaourt nature s/sucre |   | Fromage blanc s/sucre |   |
| Yaourt nature s/sucre |   |                       |   | Petits suisses nature |   |

**Midi Dessert**

|                            |   |                         |   |                            |   |
|----------------------------|---|-------------------------|---|----------------------------|---|
| Fruit de saison            | 1 | Fruit de saison         | 1 | Arlequin de fruits s/sucre | 1 |
| Arlequin de fruits s/sucre |   | Purée de fruits s/sucre |   | Fruit de saison            |   |

**Plats Supplémentaires**

|      |   |      |   |      |   |
|------|---|------|---|------|---|
| Pain | 1 | Pain | 1 | Pain | 1 |
|------|---|------|---|------|---|

ORDRE : 2



# VOS CHOIX DE MENUS

A retourner avant le lundi 20 octobre

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

Client : MODELE MIDI 5 Régime Diabétique

**jeudi 13 Novembre**

Livraison jeudi 13 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**vendredi 14 Novembre**

Livraison jeudi 13 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**samedi 15 Novembre**

Livraison vendredi 14 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**dimanche 16 Novembre**

Livraison vendredi 14 Novembre  
Midi 5 Diab Salé

**Midi Entrée**

|                                       |   |                                       |   |  |   |  |   |
|---------------------------------------|---|---------------------------------------|---|--|---|--|---|
| Salade verte aux pommes et noix       | 1 | Taboule aux raisins secs et coriandre | 1 | Celeri remoulade                           | 1 | Mousse de canard   | 1 |
| Mousse de betteraves au fromage frais |   | Carottes vinaigrette aux agrumes      |   | Mirepoix de carottes cuites à la marocaine |   | Salade de perles au thon et avocat                                 |   |
| Salade de crozets aux crudites        |   | Jambon blanc et beurre                |   | Pate en croute richelieu                   |   | Salade de coeurs de palmier vinaigrette à la moutarde à l'ancienne |   |
| Soupe de poisson                      |   | Creme choisy                          |   | Creme de legumes                           |   | Creme de volaille  |   |
| Tourin vermicelles                    |   | Veloute d'epinards                    |   | Potage tapioca                             |   | Soupe a l'oignon   |   |

**Midi Plat**

|                                 |   |                                   |   |                                    |   |                                       |   |
|---------------------------------|---|-----------------------------------|---|------------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| Saute de veau aux oignons       | 1 | Axoa de veau du pays basque       | 1 | Eminces de boeuf sauce barbecue    | 1 | Poulet basquaise                      | 1 |
| Aiguillettes de poulet marinées |   | Coeur de merlu poche              |   | Andouillette grilée sauce moutarde |   | Filet mignon de porc laqué aux épices |   |
| Saucisse de toulouse confite    |   | Curry de legumes aux pois chiches |   | Escalope de dinde tandoori         |   | Parmentier de boudin noir             |   |
| Saumonette et citron            |   | Pizza tomate mozzarella           |   | Dos de merlu poche                 |   | Filet de lieu poche                   |   |

**Midi Garniture**

|                                      |   |                     |   |                               |   |                                     |   |
|--------------------------------------|---|---------------------|---|-------------------------------|---|-------------------------------------|---|
| Poelee de pommes de terre & poivrons | 1 | Poelee de legumes   | 1 | Tagliatelles & haricots plats | 1 | Poelee de legumes facon campagnarde | 1 |
| Poelee de poivrons                   |   | Riz pilaf           |   | Chou fleur bechamel           |   | Salade verte                        |   |
| Salsifis persilles                   |   | Puree de chou fleur |   | Haricots plats persillade     |   | Riz basmati                         |   |
| Pommes de terre sautees a l'ail      |   | Salade verte        |   | Tagliatelles                  |   | Puree de haricots verts             |   |
| Puree de celeri                      |   |                     |   | Puree de pommes de terre      |   |                                     |   |

**Midi Laitage**

|   |   |                       |   |                       |   |                       |   |
|---|---|-----------------------|---|-----------------------|---|-----------------------|---|
| Faisselle                               | 1 | Camembert             | 1 | Petits suisses nature | 1 | Mimolette             | 1 |
| Saint nectaire                          |   | Buche du pilat        |   | Tomme noire           |   | Port salut            |   |
| Petit fromage frais ail et fines herbes |   | Petits suisses nature |   | Carre demi-sel        |   | Fromage blanc s/sucre |   |
| Gouda                                   |   | Yaourt nature s/sucre |   | Bleu                  |   | Yaourt nature s/sucre |   |
| Yaourt nature s/sucre                   |   |                       |   | Riz au lait s/sucre   |   |                       |   |

**Midi Dessert**

|                            |   |                         |   |                                |   |                            |   |
|----------------------------|---|-------------------------|---|--------------------------------|---|----------------------------|---|
| Puree de fruits s/sucre    | 1 | Fruit de saison         | 1 | Salade de fruits frais s/sucre | 1 | Arlequin de fruits s/sucre | 1 |
| Arlequin de fruits s/sucre |   | Puree de fruits s/sucre |   | Riz au lait s/sucre            |   | Puree de fruits 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](http://www.les-menus-services.com)