



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 24 novembre



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

Client : MODELE MIDI 5 Régime Normal

lundi 15 Décembre

Livraison lundi 15 Décembre
Midi 5 Normal Salé

mardi 16 Décembre

Livraison mardi 16 Décembre
Midi 5 Normal Salé

mercredi 17 Décembre

Livraison mercredi 17 Décembre
Midi 5 Normal Salé

Midi Entrée

Coleslaw	1	Salade de boulgour aux petits legumes	1	Crepe doree a l'emmental	1
Houmous		Feuilletete au fromage		Betteraves vinaigrette	
Salade de pommes de terre au cervelas		Oeufs durs vinaigrette		Surimi fromage blanc ciboulette	
Creme choisy		Potage bonne femme		Creme de celeri	
Tourin vermicelles		Potage cultivateur		Veloute de cresson	

Midi Plat

Saute de veau facon stroganoff	1	Tortilla aux pommes de terre	1	Jambon grille au jus	1
Piece de boeuf hachee aux echalotes		Haut de cuisse de poulet grille		Eminces de volaille aux oignons	
Chipolatas grillees		Filet de poisson meuniere		Risotto cremeux a la vache qui rit et a la courge	
Dos de colin sauce normande		Quiche aux legumes	1	Filet de lieu sauce nantua	

Midi Garniture

Tortis	1	Carottes braisees		Haricots verts persillade	1
Poelee de champignons		Julienne de legumes		Pepinettes pilaf	
Flan de legumes au curry		Puree de petits pois		Puree de carottes	
Puree de potiron					

Midi Laitage

Buche du pilat	1	Fromage blanc s/sucre	1	Tomme blanche	1
Bonbel		Carre demi-sel		Fourme d'ambert	
Fromage blanc s/sucre		Fromage blanc ardechois		Yaourt gourmand	
Yaourt nature s/sucre		Port salut		Petits suisses nature	
Yaourt nature sucre		Yaourt nature s/sucre		Yaourt nature s/sucre	

Midi Dessert

Fruit de saison	1	Oeufs au lait	1	Fruit de saison	
Liegeois vanille		Donuts au sucre		Ille flottante	1
Gateau basque		Creme dessert chocolat		Tarte au citron meringuee	
Compote de pommes		Compote de fruits		Compote pomme abricot	

Plats Supplémentaires

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

ORDRE : 3



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

Client : MODELE MIDI 5 Régime Normal

jeudi 18 Décembre

Livraison jeudi 18 Décembre
Midi 5 Normal Salé

vendredi 19 Décembre

Livraison jeudi 18 Décembre
Midi 5 Normal Salé

samedi 20 Décembre

Livraison vendredi 19 Décembre
Midi 5 Normal Salé

dimanche 21 Décembre

Livraison vendredi 19 Décembre
Midi 5 Normal Salé

Midi Entrée

Betteraves vinaigrette	1	Batavia aux croutons ailles et bleu	1	Mirepoix de carottes cuites a la marocaine	1	Bruschetta au chevre et thym	1
Demi peche au thon		Endives aux noix et bleu		Cervelas obernois		Champignons a la grecque	
Salade de perles aux petits legumes		Pizza tomate mozzarella		Caviar de lentilles a la coriandre		Asperges mimoza	
Mouline du jardin		Potage a l'oseille		Creme de legumes		Soupe de potiron	
Potage alphabet		Potagere de legumes		Veloute de haricots verts		Soupe de poisson	

Midi Plat

Blanc de poulet aux champignons	1	Rougail saucisse	1	Spaghetti bolognaise	1	Cote de porc confite	1
Roti de porc au jus de romarin		Boudin noir aux oignons		Saumonette a la bordelaise		Cuisse de poule confite	
Paupiette de lapin facon chasseur		Poelee de ble a l'espagnole aux poivrons et chorizo		Cuisse de dinde rotie aux herbes		Pilons de poulet rotis	
Filet de colin sauce bearnaise		Coeur de merlu sauce hollandaise		Mijote de poulet au paprika		Dos de cabillaud creme d'aneth	

Midi Garniture

Pommes de terre facon boulangere	1	Des de butternut aux epices douces	1	Poelee de legumes paysanne		Poelee de patate douce et panais	1
Chou fleur bechamel		Navets confits		Boulgour pilaf		Legumes du pot	
Pommes smile		Puree de pois casses		Puree de haricots verts		Risotto	
Puree de celeri						Ecrase de pommes de terre	

Midi Laitage

Petits suisses nature	1	Emmental	1	Fromage blanc s/sucre	1	Comte	1
Mimolette		Tomme grise		Petit fromage frais		Edam	
Petit suisse nature sucre		Fromage blanc au coulis de fruits jaunes		Yaourt aux fruits		Petits suisses aux fruits	
Petit fromage fondu		Fromage blanc s/sucre		Buche de chevre		Petits suisses nature	
Yaourt nature s/sucre		Petits suisses nature		Yaourt nature s/sucre		Yaourt nature s/sucre	

Midi Dessert

Cocktail de fruits au sirop	1	Riz au lait au caramel	1	Salade de fruits frais	1	Creme persane au chocolat	1
Creme dessert pralinee		Paris brest		Panna cotta au coulis de fruits jaunes		Tarte aux pommes	
Eclair au cafe		Compote de poires		Flan patissier		Ananas roti vanille	
Compote de fruits		Abricots au sirop		Compote pomme cassis		Compote de banane a l'indienne	

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