

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

Signature client :

VOS CHOIX DE MENUS

A retourner avant le lundi 19 janvier



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

Client : MODELE MIDI 5 Régime Normal

lundi 09 Février

Livraison lundi 09 Février
 Midi 5 Normal Salé

mardi 10 Février

Livraison mardi 10 Février
 Midi 5 Normal Salé

mercredi 11 Février

Livraison mercredi 11 Février
 Midi 5 Normal Salé

Midi Entrée

Salade de haricots verts vinaigrette balsamique	1	Mirepoix de légumes mayonnaise	1	Chou blanc à la japonaise	1
Betteraves rapées à l'ail		Feuilleté au fromage		Rosette et condiments	
Taboule		Salade de boulgour aux petits légumes		Salade de haricots blancs	
Creme de petits pois		Maraîchère de légumes		Potage tapioca	
Potage saint germain		Velouté de légumes		Velouté de patate douce	

Midi Plat

Mijote de poulet sauce tomate	1	Escalope viennoise	1	Blanc de dinde sauce au curry	1
Araignée de porc marinée		Filet de poisson meunière		Pièce de boeuf hachée aux échalotes	
Paupiette de lapin façon chasseur		Tortilla aux pommes de terre	1	Chipolatas confites	
Filet de colin à la crème d'aneth		Cuisse de poulet grillée		Coeur de merlu sauce nantua	

Midi Garniture

Coquillettes au beurre	1	Carottes en persillade	1	Ble pilaf	1
Salade verte		Julienne de légumes		Potiron roti	
Fondue de poireaux		Pommes de terre fraîches fondantes		Mijote de flageolets au romarin	
Puree de haricots verts		Puree de potiron		Puree de patate douce	

Midi Laitage

Tomme blanche	1	Petit suisse nature	1	Bûche du pilat	1
Camembert		Carre demi-sel		Gouda	
Fromage blanc ardechois		Petit suisse aromatisé		Yaourt gourmand	
Petit suisse nature sucre		Bonbel		Fromage blanc aromatisé	
Fromage blanc nature		Yaourt nature s/sucre		Fromage blanc nature	
Petit suisse nature				Yaourt nature s/sucre	

Midi Dessert

Creme dessert caramel	1	Oeufs au lait	1	Fruit de saison	1
Moelleux au citron		Donuts au sucre		Creme dessert chocolat	
Fruit de saison		Fruits de saison		Moelleux au chocolat au cœur tout mangue	
Compote pomme cannelle		Compote de fruits		Compotee de poires	

Plats Supplémentaires

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

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

www.les-menus-services.com

ORDRE : 3

**VOS CHOIX DE MENUS**

A retourner avant le lundi 19 janvier

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

Client : MODELE MIDI 5 Régime Normal

jeudi 12 Février

Livraison jeudi 12 Février
Midi 5 Normal Salé

vendredi 13 Février

Livraison jeudi 12 Février
Midi 5 Normal Salé

samedi 14 Février

Livraison vendredi 13 Février
Midi 5 Normal Salé

dimanche 15 Février

Livraison vendredi 13 Février
Midi 5 Normal Salé

Midi Entrée					
Salade d'agrumes et avocat sauce cocktail	1	Salade de boulgour aux aubergines grillées	1	Salade de perles à la grecque	1
Crepe doree a l'emmental		Sardines a l'huile		Champignons a la grecque	
Rillettes de thon a la provencal		Duo de céleri rave et branche en remoulade		Julienne de radis noir vinaigrette persillée	
Potage bonne femme		Veloute de légumes		Creme de butternut	
Potage vermicelles		Veloute de tomates		Potagere de légumes	
Midi Plat					
Roti de veau au paprika	1	Colombo de dinde	1	Saucisse fumee au jus	1
Emince de boeuf sauce barbecue		Palette de porc a la moutarde		Mijote de paleron facon pot-au-feu	
Endives roulees au jambon	Ψ1	Tarte fine aux oignons	Ψ1	Dos de colin sauce normande	
Saumonette a la bordelaise		Filet de merlu a l'indienne		Risotto aux des de volaille	Ψ1
Midi Garniture					
Pommes de terre en persillade	1	Fondue d'épinards a la creme	1	Poelon de chou vert en cocotte	1
Brocolis aux amandes		Salade verte		Legumes du pot	
Riz pilaf		Pepinettes		Coquillettes au beurre	
Puree de chou fleur		Puree de carottes		Puree de céleri	
Midi Laitage					
Fromage blanc nature	1	Bleu	1	Rondele nature ®	1
Emmental		Tomme noire		Brie	
Mimolette		Faisnelle		Buche de chevre	
Fromage blanc au speculoos		Yaourt nature s/sucre		Petit suisse aromatisé	
Veloute fruix		Yaourt nature sucre		Fromage blanc nature	
Yaourt nature s/sucre				Petit suisse nature	
Midi Dessert					
Fromage blanc au speculoos	1	Fruits de saison	1	Salade de fruits frais	1
Tarte tatin		Creme catalane		Panna cotta au coulis de fruits jaunes	
Fruits de saison		Tarte a la noix de coco		Gateau basque	
Compote de peche		Compote de banane a l'indienne		Compote pomme biscuit	
Plats Supplémentaires					
Pain	1	Pain	1	Pain	1

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

www.les-menus-services.com