

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 19 Janvier Livraison lundi 19 Janvier Midi 5 Normal Salé		mardi 20 Janvier Livraison mardi 20 Janvier Midi 5 Normal Salé		mercredi 21 Janvier Livraison mercredi 21 Janvier Midi 5 Normal Salé	
Midi Entrée					
Bolee de betterave vinaigrette	1	Quiche au fromage	1	Mirepoix de legumes et son cremeux de moutarde	1
Salade de riz		Mirepoix de legumes vinaigrette		Julienne de panais vinaigrette a l'orange	
Coeurs de palmier aux oignons rouges		Salade de boulgour aux petits legumes		Mousse de foie	🐷
Potage alphabet		Mouline du jardin		Creme choisy	
Veloute de tomates		Potage d'hiver		Potage cultivateur de legumes	
Midi Plat					
Blanc de poulet creme paprika	1	Haut de cuisse de poulet grille	1	Roti de porc braise	🐷 1
Piece de veau hachee aux echalotes		Cordon bleu de dinde		Boulettes de boeuf sce poivre	
Dahl de lentilles	🍴	Filet de poisson meuniere	🍴	Brandade de poisson au persil	🍴
Filet de colin sauce provencale		Tortilla aux pommes de terre	🍴	Penne facon carbonara	🍴🐷
Midi Garniture					
Riz pilaf	1	Carottes braisees	1	Haricots plats persillade	1
Boulgour pilaf		Julienne de legumes		Gnocchi a la tomate	
Puree de carottes		Puree de patate douce			
Midi Laitage					
Gouda	1	Petit fromage frais	1	Tomme noire	1
Buche du pilat		Rondele nature x2		Saint nectaire	
Tomme blanche		Petit suisse aromatise		Fromage blanc nature	
Fromage blanc ardechois		Petit suisse nature		Petit suisse nature sucre	
Fromage blanc nature		Yaourt aux fruits		Fromage blanc aromatise	
Yaourt nature s/sucre		Yaourt nature s/sucre		Petit suisse nature	
Midi Dessert					
Oeufs au lait	1	Fruits de saison	1	Semoule au lait de coco	1
Tarte aux poires amandine		Creme dessert vanille		Nid d'abeille	
Abricots au sirop		Beignet aux abricots		Fruit de saison	
Compote pomme biscuit		Compote de fruits		Compote pomme abricot	
Plats Supplémentaires					
Pain	1	Pain	1	Pain	1

Signature client :

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 décembre

Cliente : MODELE MIDI 5 Régime Normal

**jeudi 22 Janvier**

Livraison jeudi 22 Janvier

Midi 5 Normal Salé

**vendredi 23 Janvier**

Livraison jeudi 22 Janvier

Midi 5 Normal Salé

**samedi 24 Janvier**

Livraison vendredi 23 Janvier

Midi 5 Normal Salé

**dimanche 25 Janvier**

Livraison vendredi 23 Janvier

Midi 5 Normal Salé

## Midi Entrée

<b>Guacamole</b>	1	<b>Julienne de carottes vinaigrette balsamique</b>	1	<b>Perles au pesto et petits legumes</b>	1	<b>Salade de chevre</b>	1
Salade de haricots verts a l'echalote		Oeufs mimosa		Demi peche au thon		Salade de haricots blancs au chorizo	
Julienne de radis noir vinaigrette persillee		Timbale de cereales aux herbes		Flammekueche		Asperges sauce mousseline	
Creme de volaille		Tourin vermicelles		Potage julienne		Potage alphabet	
Veloute de legumes		Veloute de cresson		Creme de potiron		Potage maraicher	

## Midi Plat

<b>Saute de boeuf aux oignons</b>	1	<b>Emince de porc aux herbes</b>	1	<b>Paupiette de veau sauce poulet</b>	1	<b>Cuisse de poule confite</b>	1
Tajine de boulettes d'agneau aux abricots secs		Escalope de porc au basilic		Dos de colin cremeux de poireaux		Andouillette grillee et sa compotee d'oignons	
Roti de veau au jus		Mijote de dinde facon marengo		Saute de poulet basquaise		Clafoutis de legumes d'automne	
Coeur de merlu sauce choron		Marmite de poisson aux petits legumes sauce nantua		Parmentier de boeuf		Pave de saumon a l'oseille	

## Midi Garniture

<b>Brocolis persillade</b>	1	<b>Macaroni au beurre demi sel</b>	1	<b>Petits pois braises</b>	1	<b>Pommes de terre sautees persillade</b>	1
Poelee de legumes facon tajine		Poelee de legumes croquants		Salade verte		Salade de crudites	
Riz blanc		Puree de brocolis		Puree de pommes de terre		Mitonnee de flageolets au romarin	
Puree de courgettes		Gratin d'epinards & pommes de terre a la bechamel				Puree de pois casses	

## Midi Laitage

<b>Fromage blanc nature</b>	1	<b>Edam</b>	1	<b>Petit suisse nature</b>	1	<b>Brie</b>	1
Fourme d'ambert		Mimolette		Tomme blanche		Pave d'affinois	
Brie		Petit suisse nature		Buchette melange		Yaourt nature sucre	
Yaourt nature s/sucre		Petit suisse nature sucre		Petit fromage fondu		Fromage blanc nature	
Buche de chevre		Yaourt nature s/sucre		Fromage blanc nature		Yaourt nature s/sucre	

## Midi Dessert

<b>Salade de fruits frais</b>	1	<b>Fruit de saison</b>	1	<b>Mousse au cafe</b>	1	<b>Riz au lait</b>	1
Poire cuite a la cannelle		Panna cotta au caramel		Tarte aux pommes		Tarte au citron	
Gateau marbre		Millefeuilles		Compote de poires		Ananas roti vanille	
Compote de banane a l'indienne		Compotee de pommes		Fruits de saison		Compote pomme framboise	

## Plats Supplémentaires

<b>Pain</b>	1	<b>Pain</b>	1	<b>Pain</b>	1	<b>Pain</b>	1
-------------	---	-------------	---	-------------	---	-------------	---

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

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