

ORDRE : 1


**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 Sans Sel
lundi 09 Février

Livraison lundi 09 Février
Midi 5 Normal s/sel

mardi 10 Février

Livraison mardi 10 Février
Midi 5 Normal s/sel

mercredi 11 Février

Livraison mercredi 11 Février
Midi 5 Normal s/sel

Midi Entrée

Salade de haricots verts vinaigrette balsamique s/sel	1	Mirepoix de legumes vinaigrette s/sel	1	Chou blanc vinaigrette s/sel	1
Taboule s/sel		Salade de boulgour aux petits legumes s/sel		Salade de haricots blancs s/sel	
Creme de petits pois s/sel		Maraichere de legumes s/sel		Veloute de patate douce s/sel	

Midi Plat

Mijote de poulet sauce tomate s/sel	1	Cuisse de poulet grille s/sel	1	Blanc de dinde sauce au curry s/sel	1
Paupiette de lapin facon chasseur s/sel		Tortilla aux pommes de terre s/sel	1	Piece de boeuf hachee aux echalotes s/sel	
Filet de colin poche s/sel				Coeur de merlu poche s/sel	

Midi Garniture

Coquillettes s/sel	1	Carottes en persillade s/sel	1	Ble creole s/sel	1
Fondue de poireaux a la creme s/sel		Julienne de legumes s/sel		Potiron roti s/sel	

Midi Laitage

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

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 coeur tout mangue	
Compote pomme cannelle		Compote de fruits		Compotee de poires	

ORDRE : 1



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 Sans Sel

jeudi 12 FévrierLivraison jeudi 12 Février
Midi 5 Normal s/sel**vendredi 13 Février**Livraison jeudi 12 Février
Midi 5 Normal s/sel**samedi 14 Février**Livraison vendredi 13 Février
Midi 5 Normal s/sel**dimanche 15 Février**Livraison vendredi 13 Février
Midi 5 Normal s/sel**Midi Entrée**

Salade d'agrumes et avocat s/sel	1	Salade de boulgour aux aubergines grillees s/sel	1	Champignons a la grecque s/sel	1	Asperges vinaigrette s/sel	1
----------------------------------	---	--	---	--------------------------------	---	----------------------------	---

Salade frisee aux oeufs durs s/sel	Duo de celeri rave et branche vinaigrette s/sel	Julienne de radis noir vinaigrette persillée s/sel	Salade de ble aux legumes s/sel
------------------------------------	---	--	---------------------------------

Potage bonne femme s/sel	Veloute de tomates s/sel	Potagere de legumes s/sel	Soupe minestrone s/sel
--------------------------	--------------------------	---------------------------	------------------------

Midi Plat

Roti de veau au paprika s/sel	1	Colombo de dinde s/sel	1	Escalope de porc au jus s/sel	1	Roti de boeuf sauce marchand de vin s/sel	1
-------------------------------	---	------------------------	---	-------------------------------	---	---	---

Emince de boeuf sauce barbecue s/sel	Palette de porc a la moutarde s/sel	1	Mijote de paleron facon pot-au-feu s/sel	1	Saute de canard s/sel
--------------------------------------	-------------------------------------	---	--	---	-----------------------

Saumonette et citron s/sel	Filet de poisson poche s/sel	1	Dos de colin poche s/sel	1	Pave de saumon s/sel
----------------------------	------------------------------	---	--------------------------	---	----------------------

Midi Garniture

Pommes de terre en persillade s/sel	1	Fondue d'epinards a la creme s/sel	1	Poelon de chou vert en cocotte s/sel	1	Tagliatelles s/sel	1
-------------------------------------	---	------------------------------------	---	--------------------------------------	---	--------------------	---

Brocolis aux amandes s/sel	Pepinettes s/sel	1	Legumes du pot s/sel	1	Poelee forestiere s/sel
----------------------------	------------------	---	----------------------	---	-------------------------

Midi Laitage

Fromage blanc nature	1	Bleu	1	Rondele nature ®	1	Edam	1
----------------------	---	------	---	------------------	---	------	---

Fromage blanc au speculoos	Faisselle	1	Fromage blanc nature	1	Fromage blanc a la confiture de fraise
----------------------------	-----------	---	----------------------	---	--

Veloute fruix	Yaourt nature sucre	1	Petit suisse nature	1	Yaourt nature s/sucre
---------------	---------------------	---	---------------------	---	-----------------------

Yaourt nature s/sucre	Yaourt nature s/sucre	1	Buche de chevre	1	Fromage blanc nature
-----------------------	-----------------------	---	-----------------	---	----------------------

Emmental	Tomme noire	1	Petit suisse aromatise	1	Fourme d'ambert
----------	-------------	---	------------------------	---	-----------------

Mimolette		1	Brie	1	Petit fromage frais
-----------	--	---	------	---	---------------------

Midi Dessert

Fromage blanc au speculoos	1	Fruits de saison	1	Salade de fruits frais	1	Riz au lait a la fleur d'oranger	1
----------------------------	---	------------------	---	------------------------	---	----------------------------------	---

Tarte tatin	Creme catalane	1	Panna cotta au coulis de fruits jaunes	1	Tarte aux pommes
-------------	----------------	---	--	---	------------------

Fruits de saison	Tarte a la noix de coco	1	Gateau basque	1	Ananas roti vanille
------------------	-------------------------	---	---------------	---	---------------------

Compote de peche	Compote de banane a l'indienne	1	Compote pomme biscuit	1	Compote pomme fraise
------------------	--------------------------------	---	-----------------------	---	----------------------

Contactez votre agence pour choisir vos menus en ligne sur

www.les-menus-services.com