

Livraison lundi
Livraison Mardi
Livraison Jeudi
Livraison Vendredi
Lundi 06 Nov
Mardi 07 Nov
Mercredi 08 Nov
Jeudi 09 Nov
Vendredi 10 Nov
Samedi 11 Nov
Dimanche 12 Nov
MENU ROSE

Entrée	Flammekueche Maison	Rillettes pur porc	Salade de champignons crème ciboulette	Museau de bœuf	Feuilleté poulet poireaux	Salade de cervelas	Salade maïs au thon
Plat	Escalope de Porc aux Herbes	Colin sauce Dieppoise	Merlu sauce Armoricaïne	Paupiette de veau jus aux oignons	Steak de bœuf haché bercy	ballotin de volaille aux légumes à la crème	boulettes d'agneau au jus
Garniture	Legumes Grilles	Jardinière de légumes	Spaguettis	riz	Haricot beurre ail basilic	Poêlée méditerranéenne	gratin dauphinois
Laitage	Petit Suisse Nature	Fromages blanc battu	Yaourt Nature	Petit suisse nature	Yaourt bio nature	Fromage blanc faisselle	yaourt nature
Dessert	Poire au Sirop Sce Chocolat	Salade d'agrumes à la menthe	Pomme	Banane	Kiwi	Orange	compote d'ananas morceaux

MENU VIOLETTE

Entrée	Salade Mexicaine	salade cœur de palmier crevettes pamplemousse sce	Paté de foie	Salade de pois chiches à la grecques	Celeris frais remoulade au paprika	Chou rapé pommes	Paté en croûte
Plat	Boulettes de Volaille au Jus	Tripes à la portugaise	Paleron de bœuf sauce moutarde	Filet de saumon sauce citron agrumes confits	Escalope de dinde poivrons mixés	Tilapia sauce à l'aneth et ciboulette	rôti de veau à l'espagnole
Garniture	Carottes au Curry Moutarde	Pomme de terre à l'anglaise	chou rouge à la lilloise	Poêlée de courgettes	papillons	Fenouil	salsifis aux herbes
Laitage	Saint Paulin à la Coupe	Chaource	Mimolette	Camembert à la coupe	tomme grise	Saint florentin	bûche bleus
Dessert	Eclair au Cafe	Moelleux anans framboise	Tarte au chocolat	Mille Feuilles	tiramisu	Crêpe et confiture	tarte crumble pommes

MENU LILAS

Entrée	Jambon Blanc Cornichons	carottes rapées persil	Tarte thon tomate	Salade verte mimolette	Salade de haricots rouges oignons rissolés persil	Œuf à la coque	salade de betteraves
Plat	Filet de Lieu Sce Homardines	Filet de poulet sauce suprême	Saucisses knacks	merguez à l'orientale	Pané blé fromager	saucisse fumée	nuggets de poulet
Garniture	Pommes Rosti	Semoule	poêlée villageoise	Purée de pomme de terre	choux de bruxelles	lentilles aux jus	potatoes rissolées
Laitage	Brebicreme	Portion de mme Loïc	Tartare nature	Mini cabrette	vaché picon	rondelé au bleu	carré fondu calcium
Dessert	Mousse Mangue Maison	Flan chocolat (pot)	Yaourt aux fruits	Compote pomme mirabelle C	yaourt fermier aromatisé local	crème dessert caramel (pot)	yaourt aromatisé



MENUS TOURNEE VILLE Du 06/11/2023 Au 12/11/2023

repas@bienetre-et-vie.fr

Semaine 45

03.80.30.10.02

Livraison lundi

Livraison Mardi

Livraison Jeudi

Livraison Vendredi

Lundi 06 Nov

Mardi 07 Nov

Mercredi 08 Nov

Jeudi 09 Nov

Vendredi 10 Nov

Samedi 11 Nov

Dimanche 12 Nov

MENU FACILE A MANGER

Entrée	Chou Rouges Vinaigrette	Sardine à l'huile	Salade haricots plats maïs	Terrine de poisson coulis de tomate	chou fleur vinaigrette aux herbes	salade de pepinettes au surimi basilic	crêpes aux champignons
Plat	Omelette au Fromage et Ratatouille	Riz cantonnais	Emincé de volaille duo courgettes provençale	crêpes au jambon fromage	Effiloché de colin beurre persil purée carottes	boulettes de bœuf epinard haché à la tomate	Merly poêlée champêtre persillades
Garniture							
Laitage	Petit Moule Nature	samos	Petit moule ail et fines herbes	Pavé demi-sel	rondelés nature	petit moulé nature	rondelé aux noix
Dessert	Yaourt Aromatise	Mousse café maison	crème dessert vanille pot	Liegeois chocolat	cake aux fruits confits	compote de pomme C	gâteau de riz nappé (pot)

CARTE DE REMPLACEMENT

Entrée	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc
Plat	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin
Garniture	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT
Laitage	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature
Dessert	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison

Potage	Veloute de Lentilles du Puy	Veloute Poireaux pomme de terre	Soupe tourangelle	Potage garbure bearnaise	soupe de poisson	veloute d'epinard	potage savoyard
Pain	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette
P'tit Déj'	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange

