



**Semaine du lundi 18 avril au dimanche 24 avril**

Client : Géraldine JOURDAN

Page 1 sur 2

Votre conseillère clientèle : Géraldine - Votre diététicienne : Jennifer

Vos menus sont faits par : Plat du Jour

Tournée : 4503 Montargis Ouest

1

**Midi 5 Normal Salé**

*Livraison : lundi 18 Avril*

*Livraison : mardi 19 Avril*

*Livraison : mercredi 20 Avril*

**lundi 18 Avril**

**mardi 19 Avril**

**mercredi 20 Avril**

**Midi Entrée**

<b>Crepe au fromage</b>	<b>1</b>	<b>Tomates nature+</b>	<b>1</b>	<b>Chou rouge vtte+</b>	<b>1</b>
Poireau a la grecque+		Salade riz asperges+		Pamplemousse rose+	
Concombres vtte+		Gougere+		Pates aux saumon+	
Pate en croute+		Macedoine mayonnaise		Mortadelle+	
Salade paysanne+		Veloute de courgette+		Sardines a la tomate+	
Veloute de legumes+		Carottes rapees+		Potage crecy+	
Carottes rapees+		Betteraves vinaigrette+		Carottes rapees+	
Betteraves vinaigrette+		Potage de legumes+		Betteraves vinaigrette+	
Potage de legumes+		Salade verte+		Potage de legumes+	
Salade verte+				Salade verte+	

**Midi Plat**

<b>Boeuf braise normand</b>	<b>1</b>	<b>Quenelle de veau+</b>	<b>1</b>	<b>Paella au poisson-r-c+</b>	<b>1</b>
Poule au blanc+		Colin grenobloise+		Mijotee de boeuf+	
Chipolatas-r+		Roti de boeuf froid		Poulet & baies roses+	
Brochette de poisson+		Fondant de porc+		Cote porc hongrois r+	
Colin au citron+		Croque monsieur-c-r+		Colin au citron+	
Jambon beurre+		Colin au citron+		Jambon beurre+	
Poulet au four+		Jambon beurre+		Poulet au four+	
		Poulet au four+			

**Midi Garniture**

<b>Aubergine bohémienne+</b>	<b>1</b>	<b>Semoule couscous+</b>	<b>1</b>	Puree pdt & carottes+	
Semoule & legumes+		Endives au four+		Printaniere legumes+	
Salsifis+		Petits pois nature+		Cardes sauce tomate+	
Endives au four+		Puree de h. verts+		Chou fleur vapeur+	
Puree pdt & carottes+		Haricots blanc+		Endives au four+	
Puree de pomme de terre+		Carottes & champignons+		Puree de pomme de terre+	
Coquillettes+		Puree de pomme de terre+		Coquillettes+	
Pommes vapeur+		Coquillettes+		Haricots verts+	
Haricots verts+		Haricots verts+		Frites au four	
Frites au four		Frites au four			

**Midi Laitage**

<b>Chantailou+</b>	<b>1</b>	<b>Yaourt nature non sucré</b>	<b>1</b>	<b>Buchette laitiere+</b>	<b>1</b>
Camembert+		Fromage blanc non sucré		Camembert+	
Tomme blanche+		Fripon+		Fromage de brebis+	
Yaourt nature non sucré		Pave frais+		Yaourt nature non sucré	
Fromage blanc non sucré		Camembert+		Fromage blanc non sucré	

**Midi Dessert**

<b>Pomme</b>	<b>1</b>	<b>Eclair vanille</b>	<b>1</b>	<b>Petit pots corentin+</b>	<b>1</b>
Delice ananas choco+		Orange		Baba au rhum+	
Compote de peches		Creme dessert vanille		Riz au lait+	
Compote de poires		Kiwi		Compote de poires	
Compote de pommes		Compote de poires		Compote de pommes	
Flan caramel		Compote de pommes		Pomme au four+	
Pomme au four+		Pomme au four+		Banane	
Yaourt fruité light		Banane		Compote de fruits sans sucre	
Compote de fruits sans sucre		Compote de fruits sans sucre		Yaourt fruité light	
		Yaourt fruité light			

**Plats Supplémentaires**

Chère Cliente, cher Client,

Merci de nous retourner ce document avant le

**jeudi 14 Avril 2011**

En respectant cette date de retour vous nous permettez de gérer au mieux nos achats de produits frais.

Merci de votre aide.

Le plat en gras avec une quantité correspond à la proposition de Jennifer votre diététicienne.

Elle tient compte de vos spécifications personnelles.

Si notre proposition ne vous convient pas, barrez le plat non désiré dans la grille et choisissez celui qui vous fait plaisir.

Légende :

- R : contient du porc

- F : plat à consommer froid

- C : plat complet (compte pour viande + garniture, la sélection d'une garniture est alors impossible ou soumise à facturation)

- H : hypocalorique

- + : date limite de consommation plus longue

Les Menus Services,

le repas à domicile ...  
et beaucoup plus encore !



**Semaine du lundi 18 avril au dimanche 24 avril**

Client : Géraldine JOURDAN

Page 2 sur 2

Votre conseillère clientèle : Géraldine - Votre diététicienne : Jennifer

Vos menus sont faits par : Plat du Jour

Tournée : 4503 Montargis Ouest

1

**Midi 5 Normal Salé**

<i>Livraison : jeudi 21 Avril</i>		<i>Livraison : jeudi 21 Avril</i>		<i>Livraison : vendredi 22 Avril</i>		<i>Livraison : vendredi 22 Avril</i>	
<b>jeudi 21 Avril</b>		<b>vendredi 22 Avril</b>		<b>samedi 23 Avril</b>		<b>dimanche 24 Avril</b>	
<b>Midi Entrée</b>							
<b>Endives aux raisins</b>	<b>1</b>	Salade des champs-r+		Salade dorzia+		<b>Asperges fines herbe+</b>	<b>1</b>
Taboule+		Tomates nature+		Concombres p.terre+		Salade gauloise	
Terrine de legumes		Champignon normande		Salade obernoise-r		Mousse de canard maison - r	
Salade du puy-r+		Museau de porc vtte		Soupe alphabet+		Veloute petit pois menthe+	
Potage piperade+		Radis beurre		Carottes rapees+		Carottes rapees+	
Carottes rapees+		Potage st germain+		Betteraves vinaigrette+		Betteraves vinaigrette+	
Betteraves vinaigrette+		Carottes rapees+		Potage de legumes+		Potage de legumes+	
Potage de legumes+		Betteraves vinaigrette+		Salade verte+		Salade verte+	
Salade verte+		Potage de legumes+					
		Salade verte+					
<b>Midi Plat</b>							
<b>Bouchee a la reine-c-r+</b>	<b>1</b>	Filet lieu amandes+		Foie sce bercy		<b>Gigot d'agneau</b>	<b>1</b>
Blanc volaille peche		Colin sauce crevette+		Cordon bleu-r		Roulade sce chasseur+	
Boeuf bourguignon+		Longe de porc		Flamiche-r-c+		Saumon a l'oseille+	
Crepinette-r+		Oeuf brouilles herbes		Pates carbonara-cr+		Colin au citron+	
Cordon bleu-r		Colin au citron+		Colin au citron+		Jambon beurre+	
Colin au citron+		Jambon beurre+		Jambon beurre+		Poulet au four+	
Jambon beurre+		Poulet au four+		Poulet au four+			
Poulet au four+							
<b>Midi Garniture</b>							
Carottes a la creme+		Garniture basquaise+		Celeri garniture+		<b>Flageolets &amp; tomate+</b>	<b>1</b>
Endives au four+		Puree de legumes+		Endives au four+		Haricots verts a l'ail+	
Fondue poireaux/oignons+		Pomme vapeur haricots verts+		Puree de h. verts+		Puree pdt & epinards+	
Haricots beurre+		Riz au curry+		Legumes revigorants+		Endives au four+	
Puree de courgettes+		Chou brocolis+		Puree de pomme de terre+		Riz safrane+	
Nouilles lardons+		Endives au four+		Coquillettes+		Puree de pomme de terre+	
Puree de pomme de terre+		Puree de pomme de terre+		Haricots verts+		Coquillettes+	
Coquillettes+		Coquillettes+		Frites au four		Haricots verts+	
Haricots verts+		Haricots verts+				Frites au four	
Frites au four		Frites au four					
<b>Midi Laitage</b>							
<b>Fromage blanc non sucré</b>	<b>1</b>	Camembert+		Yaourt nature non sucré		<b>Rouy+</b>	<b>1</b>
Yaourt nature non sucré		Fromage frais+		Fromage blanc non sucré		Camembert+	
Petit suisse		Gouda+		Pont l'evêque+		Petit suisse	
Camembert+		Fromage blanc non sucré		Camembert+		Yaourt nature non sucré	
St nectaire+		Yaourt nature non sucré				Fromage blanc non sucré	
Rondele+							
Fromage aux noix+							
<b>Midi Dessert</b>							
<b>Dessert de paques+</b>	<b>1</b>	Creme dessert praline		Kiwi		<b>Nid pascal</b>	<b>1</b>
Fraises nature+		Poire		Puree p prunea s/sucre		Ananas frais+	
Flan caramel		Yaourt fruité		Creme caramel cointreau+		Compote de poires	
Fraises sucrées+		Mousse au chocolat		Compote de poires		Compote de pommes	
Compote de poires		Compote de poires		Compote de pommes		Pomme au four+	
Compote de pommes		Compote de pommes		Pomme au four+		Compote de fruits sans sucre	
Pomme au four+		Pomme au four+		Compote de fruits sans sucre		Yaourt fruité light	
Banane		Compote de fruits sans sucre		Yaourt fruité light			
Compote de fruits sans sucre		Yaourt fruité light					
Yaourt fruité light							
<b>Plats Supplémentaires</b>							